

1. Projekttitle und Kurzbeschreibung

elsa.palliative.care – Palliative Care sichtbar machen im digitalen Raum

elsa.palliative.care ist ein von zwei Pflegefachpersonen der Palliativstation des LMU Klinikums München gegründetes Social-Media-Projekt auf Instagram. Ziel ist es, die Hospiz- und Palliatividee niedrigschwellig, nahbar, für jeden verständlich und fachlich fundiert in die Mitte der Gesellschaft zu tragen. Die Kolleginnen und Freundinnen Michaela Bayer und Sara Loy geben Einblicke in den Alltag einer Palliativstation, erklären medizinische und pflegerische Zusammenhänge verständlich, thematisieren den Umgang mit Leid, Sterben und Trauer und beantworten Fragen von Angehörigen, Betroffenen und Interessierten. Mit inzwischen über 47.000 Followern erreicht ihr Projekt weit über die Grenzen der eigenen Einrichtung hinaus Menschen in ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz, war bereits für den Kommunikationspreis der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin und der Deutschen Palliativstiftung nominiert, sowie in weiteren Medien Formaten zu sehen (darunter auch dem ZDF und dem Bayerischen Rundfunk). Damit leisten sie mit elsa.palliative.care einen innovativen und wirksamen Beitrag zur Verankerung der Hospizidee und zur Verbreitung palliativmedizinischer Inhalte, wie sie auch von der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin als anerkennungs- und förderfähig formuliert werden.

2. Ausgangslage und Zielsetzung

Trotz großer Fortschritte in Hospizarbeit und Palliativversorgung bestehen in der Bevölkerung weiterhin Unsicherheiten, Ängste und Wissenslücken rund um die Themen Sterben, Tod und Trauer. Viele Menschen kennen den Unterschied zwischen

Palliativstation, Hospiz und SAPV nicht, und palliative Angebote werden häufig zu spät in Anspruch genommen.

Vor diesem Hintergrund verfolgen Ela und Sara mit [elsa.palliative.care](https://www.elsa.palliative.care) folgende Hauptziele:

- Enttabuisierung von Sterben, Tod und Trauer durch offene, ehrliche und zugleich sensible Kommunikation.
- Vermittlung von Grundlagen der Hospiz- und Palliativversorgung für die breite Öffentlichkeit, Angehörige und Betroffene.
- Stärkung des Verständnisses für die Bedürfnisse schwerstkranker Menschen und ihrer Familien.
- Sichtbarmachung der Arbeit von Pflege, Medizin und multiprofessionellen Teams in der Palliativversorgung.
- Förderung der Vernetzung innerhalb der Hospiz- und Palliativcommunity im deutschsprachigen Raum.

Diese Ziele stehen in direktem Einklang mit Ihrem Anliegen der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin, die innovative Projekte würdigt, welche die Hospizidee in die Gesellschaft tragen und ehrenamtliches sowie professionelles Engagement stärken.

@ELSA.PALLIATIVE.CARE

WARUM IST ES GUT, SICH MIT DEM TOD ZU BESCHÄFTIGEN ?

EIN GUTER ABSCHIED IST MÖGLICH.

STERBEN IST EIN TEIL DES
LEBENS. WENN WIR UNS
TRAUEN, HINZUSEHEN, KÖNNEN
WIR DIESEN WEG
MITGESTALTEN – WÜRDEVOLL,
BEGLEITET, GETRAGEN.

ES NIMMT DIE ANGST.

DAS THEMA TOD MACHT OFT
DANN ANGST, WENN WIR NIE
DARÜBER SPRECHEN.
IN DEN BEGLEITUNGEN
MERKEN WIR:

REDEN HILFT.
SCHWEIGEN MACHT ES
SCHWERER

WIR LEBEN BEWUSSTER.

WER WEISS, DASS DAS LEBEN
ENDLICH IST, LEBT OFT
AUFMERKSAMER. VIELE KLEINE
MOMENTE WERDEN PLÖTZLICH
GROSS. UND DAS JETZT
BEKOMMT MEHR BEDEUTUNG.

3. Konzeption, Inhalte und Arbeitsweise

Das Projekt wird von Michaela Bayer und Sara Loy, zwei erfahrenen Pflegefachpersonen, in ihrer Freizeit und unentgeltlich verantwortet, die seit nun bereits zehn Jahren in der stationären Palliativversorgung tätig sind und ihre berufliche Expertise mit persönlicher Reflexion verbinden. Ihr Kanal arbeitet bewusst mit einem niederschweligen, dialogorientierten Ansatz: Fachliche Inhalte werden in kurzer, klarer Sprache, mit anschaulichen Beispielen und oft in Form von Videos, Stories und interaktiven Formaten (Q&A, Umfragen) aufbereitet.

Typische Inhalte sind:

- Erklärvideos zu palliativmedizinischen und pflegerischen Themen (z.B. Symptomkontrolle, Schmerztherapie, Atemnot, palliative Sedierung).
- Beiträge zu Unterschieden und Gemeinsamkeiten von Palliativstation, Hospiz, SAPV und anderen Versorgungsformen.
- Reflexionen zum Umgang mit Leid, Ohnmacht, Abschieden und Selbstfürsorge im Palliativteam.
- Aufklärung, „Mythen-Busting“ und Beantwortung häufiger Fragen aus der Community.
- Hinweise auf weiterführende Angebote, Hospizdienste, Fachgesellschaften und Materialien.
- Die Inhalte werden kontinuierlich aktualisiert und orientieren sich sowohl an wiederkehrenden Themen aus dem Stationsalltag als auch an Fragen und Rückmeldungen der Follower. So entsteht ein dynamischer, lernender Dialograum, der Fachlichkeit, Erfahrungswissen und die Perspektive von Angehörigen zusammenführt.

Tipps für Angehörige

5 Tipps für Angehörige in der palliativen
Begleitung

@elsa.palliative.care

- Vergiss dich selbst nicht – Selbstfürsorge ist kein Egoismus.
- Sprich offen – auch über schwierige Themen.
- Kleine Gesten zählen – ein Lächeln, eine Berührung.
- Nimm Hilfe an – du musst das nicht allein schaffen.
- Erinnere dich an schöne Momente – sie tragen durch schwere Zeiten.

4. Wirkung und Reichweite

Mit über 47.000 Followern gehört elsa.palliative.care mit zu den reichweitenstärksten Kanälen im Bereich Palliative Care im deutschsprachigen Raum. Die Beiträge erzielen regelmäßig hohe Interaktionsraten in Form von Kommentaren, Direktnachrichten und geteilten Inhalten, was zeigt, dass hier ein großer Informations- und Gesprächsbedarf besteht.

Die Wirkung des Projekts lässt sich auf mehreren Ebenen beschreiben:

- Gesellschaftlich: Palliative Care wird als Teil des Lebens sichtbar gemacht; Berührungängste nehmen ab, und das Verständnis für hospizliche Haltungen wächst.
- Für Betroffene und Angehörige: Viele Rückmeldungen bestätigen, dass die Informationen aus dem Kanal ihnen geholfen haben, Situationen am Lebensende besser zu verstehen und Entscheidungen zu treffen.
- Für Fachpersonen: Der Kanal kann als Impulsgeber für Einrichtungen nützlich sein, die eigene Kommunikationsformate entwickeln möchten, und fungiert als Vernetzungsplattform innerhalb der Palliativcommunity – welches schon häufiger der Fall war.
- Für die Hospiz- und Palliativbewegung: Das Projekt öffnet einen digitalen Raum, der bislang von hospizlichen Akteuren kaum bespielt wurde, und trägt so wesentlich zur Verbreitung der Hospizidee bei, wie sie auch der „Anerkennungs- und Förderpreis für Praxisinitiativen und -projekte in der Palliativversorgung“ sichtbar machen möchte.

5. Innovationsgehalt und Nachhaltigkeit

elsa.palliative.care ist innovativ, weil es die klassischen Ziele von Hospizarbeit – Öffentlichkeit sensibilisieren, Wissen vermitteln, Haltung prägen – konsequent in den digitalen Raum und in die Lebenswelt insbesondere jüngerer Zielgruppen überträgt. Während viele Projekte lokal begrenzt sind, erlaubt das Format eine ortsunabhängige, jederzeit zugängliche Begleitung und Information.

Nachhaltigkeit zeigt sich durch:

- Kontinuierliche, mehrjährige Aktivität und wachsende Community.
- Stetige Weiterentwicklung der Inhalte entlang aktueller Themen der Palliativversorgung.
- Multiplikationseffekte, da Einrichtungen, Ehrenamtliche und Fachpersonen Inhalte teilen und in eigene Bildungsarbeit integrieren.
- Potenzial, das Projekt perspektivisch in Kooperation mit Hospizdiensten, Fachgesellschaften oder Bildungseinrichtungen weiter auszubauen.

Damit erfüllt elsa.palliative.care in besonderer Weise die Kriterien des „Anerkennungs- und Förderpreis für Praxisinitiativen und -projekte in der Palliativversorgung“, der Menschen und Projekte würdigt, die „einen besonderen Beitrag zur Entwicklung der Palliativversorgung leisten“.

6. Begründung der Preiswürdigkeit

Zusammenfassend ist elsa.palliative.care preiswürdig, weil das Projekt:

- die Hospizidee und Palliative Care auf eine neue, niedragschwellige und reichweitenstarke Weise in der Gesellschaft verankert,
- fachlich fundiert und zugleich menschlich und authentisch kommuniziert,
- Angehörige, Betroffene, Fachpersonen und Interessierte gleichermaßen anspricht
- die Arbeit hospizlicher und palliativmedizinischer Teams sichtbar macht und wertschätzt,
- und als Leuchtturmprojekt andere Akteure ermutigt, ähnliche Wege der Öffentlichkeitsarbeit zu gehen.



SIE BRINGT
MENSCHLICHKEIT,
WÜRDE UND WERTE
ZURÜCK IN DIE
MEDIZIN – AUCH AM
LEBENSENDE

SIE ZEIGT UNS, WIE
EINE GESELLSCHAFT
MIT ENDLICHKEIT,
KRANKHEIT UND
DEREN
VERANTWORTUNG
UMGEHT.

PALLIATIVE CARE
BEDEUTET NICHT
WENIGER MEDIZIN,
SONDERN MEHR
MENSCHLICHKEIT.

Auflistung ihrer Öffentlichkeitsauftritte:

Artikel im Merkur am 01.11.2020

„Allerheiligen: Es gibt keine falsche Art zu trauern“

<https://www.merkur.de/lokales/region-miesbach/hausham-ort74880/allerheiligen-es-gibt-keine-falsche-art-zu-trauern-90086808.html>

ZDF Karfreitagsspezial „Leben ist mehr“

Februar/April 2021

<https://www.zdf.de/video/reportagen/leben-ist-mehr-104/zum-karfreitag-2021-film-von-nathalie-suthor-100>

„Pflege für Todkranke: Darum lieben Sara und Ela ihren Job I TRU DOKU“

September 2021

<https://www.youtube.com/watch?v=kZYic7BcHkM>

Artikel in der Süddeutschen Zeitung am 15. November 2021

"Die meisten Menschen hier sterben wirklich friedlich"

<https://www.sueddeutsche.de/muenchen/muenchen-palliativmedizin-tod-klinikum-grosshadern-1.5464754?reduced=true>

Herz & Mut „PflegerIn des Jahres“

(Mai 2022 den zweiten Platz erreicht)

<https://www.herzundmut.de/gewinner/2022/sara-loy-michaela-bayer-platz-2.html>

Interview im Bayern 1 am 20.05.2022

Download-Link

<https://wettransfer.com/downloads/a27c1ab98ddd068aa4e566df6c294d3020220520153642/fe46c422b8b675059d1a8b0da67fc77a20220520153709/4158e7>

Artikel im Merkur: „Palliativ-Medizin als Instagram-Hit: Haushamerin und Kollegin sind Pflegerinnen des Jahres“; 31.05.2022

<https://www.merkur.de/lokales/region-miesbach/hausham-ort74880/palliativ-medizin-als-instagram-hit-haushamerin-und-kollegin-sind-pflegerinnen-des-jahres-91581006.html>

Podcast 3 Uhr 29

Von und mit Sebastian Fitzek:

Juni 2022

Folge „Sterben ohne Schmerzen: Palliativmedizin“, z. B. bei Podimo erhältlich

Goldene Blogger Award

(2024 in der Kategorie "Berufsbotschafter*in" nominiert)

<https://www.instagram.com/p/C4qRN7SvX6h/>

Sendung „Schwaben und Altbayern“

Im Oktober 2024

<https://www.ardmediathek.de/video/schwaben-altbayern/die-influencerinnen-von-der-palliativstation/br/Y3JpZDovL2JyLmRIL2Jyb2FkY2FzdFNjaGVkdWxLU2xvdC80MDM3Mzk3MTE4MTNfRjIwMjNXZAxNzMxMkEwL3NIY3Rpb24vNjQ1NDZhOGMtZThmYy00ZjYwLWE4MzctZTQyOWNiODdiN2Y0>

Terra Xplore „Wie viel Tod gehört zum Leben/ Gibt es gutes Sterben?“

Mai 2024 (Dreh)/ Ostern 2025 (Ausstrahlung)

<https://www.zdf.de/play/reportagen/wie-viel-tod-gehoert-zum-leben-100/gibt-es-gutes-sterben-102>

Zu Gast bei „Wir in Bayern“ am 06.10.2025

<https://www.ardmediathek.de/video/wir-in-bayern/sendung-vom-montag-06-10-2025/br/Y3JpZDovL2JyLmRIL2Jyb2FkY2FzdC9GMjAyNFdPMDExNDc1QTA>

Artikel bei Kulturvision:

01.11.2025

Von Sterbenden lernen

<https://www.kulturvision-aktuell.de/am-ende-zaehlt-das-jetzt-michaela-bayer-sara-loy-2025/>

Artikel im Merkur: „Bestseller von Haushamerin (31) zeigt, wie Palliativpflege das Lebensende bereichert“; 01.11.2025

<https://www.merkur.de/lokales/region-miesbach/hausham-ort74880/bestseller-zeigt-wie-palliative-care-das-leben-bereichert-94014373.html>

Artikel im Gelben Blatt: „Palliativpflegerinnen landen mit ihrem Buch in Spiegel Bestsellerliste – Lesung in Hausham“; 01.11.2025

<https://www.dasgelbeblatt.de/lokales/oberbayern/palliativpflegerinnen-mit-buch-in-der-spiegel-bestsellerliste-94013502.html>

Artikel in der Süddeutschen Zeitung am 13.11.2025

„Palliativpflege: Zwei Frauen und der Tod“

<https://www.sueddeutsche.de/projekte/artikel/gesellschaft/palliativpflege-michaela-bayer-sara-loy-grosshadern-e521323/?reduced=true>

Zu Gast bei der „Abendschau“ am 02.12.2025

<https://www.ardmediathek.de/video/abendschau/zu-gast-im-studio-michaela-bayer-und-sara-loy/br/Y3JpZDovL2JyLmRlL2Jyb2FkY2FzdC9GMjAyNFdPMDE3MTEyQTAv2VjdGlvbi9mNDQ2NTE0ZS0xMDZmLTQ3ZWQtOWZkMC1INTNmNzgxDZkNGE>

Zu Gast auf der „Blauen Couch“ am 19.01.2026

<https://www.br.de/radio/bayern1/sendungen/blaue-couch/michaela-bayer-und-sara-loy-palliativ-pflegerinnen-der-satz-wir-koennen-nic-100.html>

Gäste in Podcastfolgen wie:

Podcast "Das Lebensende" [#005](#) Ernährung am Lebensende mit Sara und Ela

<https://www.youtube.com/watch?v=KD-PmUz7t7k>

ÜG139 - Palliativpflege (Michaela Bayer); 08.06.2024

<https://www.youtube.com/watch?v=fHARymtKGxw>

Ehrenamtssymposium 2025 - Vortrag von Babsi Loisch & Interview mit Sara Loy, Michaela Bayer; 15.04.2025

<https://www.youtube.com/watch?v=DekShftTLvw>

Findet der Tod in unserem Leben zu wenig Platz? – ÄrzteTag; 15.06.2022

<https://www.youtube.com/watch?v=2IJqk9eZVr8>

< elsa.palliative.care



Michaela Bayer & Sara Loy

211
Beiträge

47,4 Tsd.
Follower

497
Gefolgt

Medizin und Gesundheit

Palliativpflege ist so viel mehr!

Denn genau diesem sensiblen Bereich gilt es, den Schrecken zu nehmen.

Unser Buch „Am Ende zählt das JETZT“ 📖❤️

www.amazon.de/s?k=am+ende+z%C3%A4hlt+d...



martinabavaria, saratentakel und 329 weitere Personen sind Follower

Gefolgt ▾

Nachricht



Stellenanze...

Rasselatmu...

Fragebogen

Tipps&Trick...

Dankesbr



elsa.palliative.care



1.444



85



1



Gefällt lilalelisa und weiteren Personen

elsa.palliative.care Letztes Jahr setzten wir uns zusammen und überlegten, was wir für unsere Zukunft wollen. Wir möchten etwas, womit wir die Arbeit am Bett mit Aufklären und Wissensvermittlung verbinden können. Wir schauten auf der Seite der DGP @dasistpalliativ nach, welche Fort- und Weiterbildungen angeboten werden und haben uns entschieden, uns für die Kursleiter:innenschulung Palliative Care / Palliativmedizin zu bewerben. Wir sendeten einen Lebenslauf, ein Anschreiben und Empfehlungsschreiben und wurden zu unserer Freude auch angenommen. Mittlerweile haben wir die Ausbildung abgeschlossen und dürfen, wenn wir bald das Zertifikat bekommen, offiziell Pflegekräfte im Bereich Palliativ Care zertifiziert weiterbilden und irgendwann unseren eigenen Kurs anbieten, was ein großer Traum für uns ist.



 Gefällt lilalelisa und weiteren Personen

elsa.palliative.care Eine Woche ist es nun her, seit wir auf der @_lebenundtod unsere erste Lesung halten durften.

Wir sind immer noch ganz erfüllt von all den Begegnungen, Gesprächen und dem wertschätzenden Austausch. Es war so bewegend, berührend und bestärkend! 🥰



