

# *Lebens***wert**

Die oberösterreichische Hospiz- und Palliativzeitung



*Freiheit*

### Sehr geehrte Hospiz- und Palliativ- mitarbeiter\*innen!



Das Thema dieser Ausgabe der Lebenswert ist Freiheit. Viel von dieser Freiheit wurde uns im letzten Jahr genommen, die Pandemie hat einige der für uns so selbstverständlichen Freiheiten stark eingeschränkt. Wir setzen auf die Covid-Impfung, den „Stich in die Freiheit“.

So bekommen wir vielleicht eine kleine Ahnung davon, wie es den von uns betreuten Menschen geht, wenn sie ihre Freiheiten nicht mehr in vollem Umfang haben. Die Freiheit, Entscheidungen zu treffen oder die Freiheit, an ihrem gewohnten sozialen Leben teil zu nehmen. Dieses Gefühl, wenn einen ein äußerer Umstand dazu zwingt, sich einzuschränken und man selbst nicht mehr die Kontrolle über sein Tun hat. Sich an eine solche veränderte Situation anzupassen, ist vermutlich die größte Leistung im Rahmen einer schweren Erkrankung, die man zu erbringen hat.

Auch die Befürworter der Legalisierung des assistierten Suizids argumentieren mit dem Wort Freiheit im Sinne von selbstbestimmt das Leben frühzeitig beenden zu dürfen. Wir alle sind im kommenden Jahr dazu aufgerufen, uns zu diesem so vielschichtigen Thema eine eigene Meinung zu bilden. Darüber hinaus wird uns diese Gesetzesänderung in unserem palliativen Arbeitsalltag herausfordern, in den Teams und vor allem im Umgang mit denjenigen Patienten, die den assistierten Suizid in Anspruch nehmen möchten.

Ich lade Sie als Mitglied der Hospiz- und Palliativbewegung in Oberösterreich herzlich ein, an diesem Diskussions- und Meinungsbildungsprozess mitzuwirken und sich einzubringen. Wir müssen uns darüber klar werden, wie wir die Möglichkeit zum assistierten Suizid mit unserer palliativen Haltung in Einklang bringen und vor allem, wie wir Suizidwillige begleiten möchten.

Ich freue mich auf die Diskussion und über jede Initiative in dieser so wichtigen Sache.

Mit bestem Dank für Ihr Tun,

*Dr.<sup>in</sup> Christina Grebe*  
*Vorsitzende des Landesverbandes Hospiz OÖ*

## Inhalt

### Thema

5 Das Labyrinth – Symbol des Lebens

### Pflege

7 Was kann FREIHEIT für eine/n Palliativpatient\*in bedeuten?

### Medizin

- 9 Freiheit in Palliative Care: Spannungsfeld der begrenzten Möglichkeiten?
- 11 Gedankensplitter eines pensionierten Arztes über den Begriff Freiheit

### Patient\*innen

- 13 Lauras Geschichte von Freiheit
- 15 Stimmen aus dem Pflegeheim

### Ehrenamtliche

- 16 Der Tod und die Freiheit – eine außergewöhnliche Begleitung
- 18 Freiheit berührt

### Angehörige

- 20 Freiheit

### Weitere Sichtweisen

- 22 Zwischen den Wäschekörben
- 24 Freiheit - aus Kindersicht

### Aktuelles & Nützliches

- 3 Neues vom Landesverband
- 27 Literaturtipps
- 28 Neues aus den Regionen
- 45 Kontakte Hospiz & Palliative Care OÖ

## Kontakt

Landesverband Hospiz OÖ  
Büroleitung: Wolfgang Wöger  
Rainerstraße 15, 1. Stock, Top 18, 4600 Wels  
Telefon: 0699 173 470 24; E-Mail: lvhospizooe@gmx.at  
Bürozeiten Montag und Mittwoch: 8.30 - 15.30 Uhr

## Bitte um Ihre Unterstützung

In der Finanzierung der Hospiz- und Palliativversorgung sind wir in Oberösterreich weiterhin sehr auf Ihre Spenden angewiesen. Dies betrifft sowohl den Landesverband selbst, als auch unsere Mitgliedsvereine.

Mit Ihren finanziellen Beiträgen unterstützen Sie unsere Arbeit und setzen so Impulse, die Begleitung in der letzten Lebensphase zu verbessern und Akzente in der Öffentlichkeitsarbeit zu setzen.

**Spendenkonto NEU: Sparkasse OÖ,**  
IBAN AT88 2032 0324 0203 1474

Auch die Mitarbeit von Freiwilligen ist ein wichtiges Element in der Hospiz- und Palliative-Care-Versorgung. Engagieren können Sie sich beispielsweise bei den Hospizvereinen, aber auch bei zahlreichen anderen Einrichtungen, deren Kontakte Sie auf den letzten beiden Seiten dieser Ausgabe finden.

Bei Fragen wenden Sie sich jederzeit an uns: [lvhospizooe@gmx.at](mailto:lvhospizooe@gmx.at)

## Web-Site Landesverband Hospiz OÖ

Auf <http://www.hospiz-ooe.at> finden Sie ausführliche Informationen zu den Themen Hospiz und Palliative Care, dazu Adressen und Weiterbildungsangebote in Oberösterreich und Informationen zu Projekten des Landesverbandes. Wir freuen uns auf Ihren Besuch auch dort!

## Portrait: Karin Schlipfnger



1963 in Laakirchen in Oberösterreich geboren, von Beruf Friseurin, lebt mit ihrer Familie und Katze Lilly in Altmünster.

*„2014 entdeckte ich Instagram für mich, und das weckte die Freude in mir, selber Fotos zu machen. Fotos, die ich auch gerne mit der Welt teile. Es gibt mir Kraft, vor allem in Zeiten wie diesen, die Natur zu genießen, und ich freue mich, dass ich immer auf der Suche nach neuen Motiven sein kann. Es ist für mich eine große Ehre, hier meine Bilder zeigen zu dürfen.“*

Mehr Fotos finden Sie auf Instagram: [foeni63](https://www.instagram.com/foeni63)

## Dank & Impressum

Vielen Dank allen Mitarbeiter\*innen der regionalen Hospiz-Stützpunkte und Palliativstationen für ihre Beiträge für *Lebenswert*. Fotos, wenn nicht anders angegeben, Karin Schlipfnger.

Für den Inhalt verantwortlich:

Dr.<sup>in</sup> Christina Grebe, Rainerstraße 15, 1. Stock, Top 18, 4600 Wels  
Redaktionsteam: Karin Schlipfnger,

Lisa Buchegger, Claudia Glössl, Claudia Kargl, Elisabeth Neureiter, Andrea Peterwagner, Gerald Pramesberger, Veronika Praxmarer, Angelika Schwarz, Wolfgang Wöger, Karin Zwirzitz; Lektorat: Stefan Maringer, Ursula Leithinger.

Die Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt nur zu Verwaltungszwecken Ihrer

Spenden auf Grundlage des EStG. Ihre Spende wird an die Mitglieder des Landesverbands Hospiz OÖ weitergeleitet und dabei werden Name, Adresse und Spendebetrag weitergegeben. Weitere Infos zum Datenschutz finden Sie hier: [www.hospiz-ooe.at](http://www.hospiz-ooe.at)  
Wollen Sie *Lebenswert* abbestellen, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf!



▼▲ Fotos von Gernot Candolini



# Das Labyrinth – Symbol des Lebens



*Gernot Candolini (\*1959)  
ist Labyrinthbauer,  
Seminarleiter und Direktor  
der Montessorischule  
Innsbruck*

*Das Labyrinth ist ein sehr altes Symbol für den menschlichen Lebensweg. Es wurde in ganz unterschiedlichen Kulturen verwendet und erlebt in unserer Zeit eine bemerkenswerte Blüte. Für manche überraschend, hat seine Form meist nichts mit Hecken oder Mauern zu tun. Ursprünglich ist das Labyrinth eine ebenerdige, zweidimensionale Gestaltung, die nur aus einem einzigen Weg besteht. Viele, die ein Labyrinth begehen, machen dabei die Erfahrung der Ruhe, Einkehr und inneren Meditation. Dabei entstehen oft erstaunliche Erkenntnisse und hilfreiche Gedanken. Im Labyrinth scheint etwas verborgen zu sein, das viele fasziniert und berührt.*

## Die Geschichte des Labyrinths

Die Geschichte des Labyrinths ist so lang und seltsam wie sein verschlungener Weg. Das Ziel ist die Suche nach der geheimnisvollen Mitte. Das Labyrinth hat ursprünglich immer nur einen Weg zur Mitte, ohne jede Abzweigung und Sackgassen. Der Weg des Labyrinths führt zwar verschlungen hin und her, kommt der Mitte ganz nahe, um sich dann von ihr wieder weit zu entfernen. Wer immer weitergeht, kommt auch an. Es ist ein Weg, der dem Leben gleicht. So gilt das Labyrinth seit alters her als Symbol für den menschlichen Lebensweg.

Das Labyrinth entstand vor zirka 5000 Jahren im Mittelmeerraum und hat sich in verschiedenen Kulturen in Europa, Asien und Amerika ausgebreitet. Es erlebte zu gewissen Zeiten besondere Blüten, wie etwa in der französischen Gotik: In einigen Kathedralen wurden

Labyrinthe in den Kirchenboden im Hauptschiff eingelegt, wie etwa in der Kathedrale von Chartres. In den letzten Jahren wurden in ganz Europa hunderte neue Labyrinthplätze errichtet, die bekanntesten in Oberösterreich sind jene im Labyrinthdorf Hofkirchen und in den Klöstern Vöcklabruck, Baumgartenberg und Schlägl.

*Der Irrgarten stellt die Frage: Gehst du falsch oder gehst du richtig. Das Labyrinth stellt die Frage: Gehst du?*

## Mythen und Geschichten

Viele Geschichten, die Menschen aufschreiben und weitererzählen, sind Weggeschichten, Geschichten von Aufstieg und Abstieg, Kämpfen und Feiern, Gewinnen und Verlieren. Es geht in allen Lebenswegen um die große Suche nach den wahren Zielen und dem Gewinn von Übersicht und Weisheit. In der berühmten Geschichte von Theseus und dem in einem Labyrinth gefangenen Minotaurus wird dieser Kampf als ein Sinnbild unserer eigenen Kämpfe mit den äußeren und inneren Ungeheuern erzählt. Der Stiermensch ist ein eindrückliches Bild für die Angst, die sich in der Mitte des Lebens einnistet. Diese Angst kennen alle Menschen. Es ist die Angst zu scheitern, die Liebe nicht zu finden, das eigene innere Ungeheuer nicht überwinden zu können und zuletzt die Angst vor dem Tod. Dieser griechische Mythos und unendlich viele weitere Geschichten erzählen, dass, wenn wir auf diese Angst zugehen und uns ihr stellen, sie auch besiegt ist. Im Christentum kommt an dieser Stelle noch die erleichternde Botschaft hinzu,

dass wir diesen Kampf nicht alleine führen müssen und in letzter Konsequenz der Sieg über die Angst und den Tod für uns vollbracht wurde. Nicht wir selbst, sondern Gott trägt uns durch die Angst und den Tod.

Doch was geschieht, wenn wir diese Erkenntnis gewonnen haben, wenn uns der Minotaurus nicht mehr ängstigt, wenn wir erlebt und gesehen haben, dass die Angst überwindbar ist. In der Mitte, am Ziel, erscheint eine wichtige und besondere Erkenntnis. Das Erreichen von Zielen, Überwindung und Erleuchtung, Sieg und Triumph ist nur der halbe Weg. Jetzt kommt etwas Neues, nämlich der Rückweg. Der (rote) Faden der Ariadne hat hierin eine tiefe Bedeutung. Nicht nur gewonnene Kämpfe und gelungene Erkenntnisse zählen im Leben, sondern auch Beziehung, Kontakt, Zuwendung, Liebe. Als der Apostel Petrus durch alle Krisen und Erkenntnisse durchgegangen war, begegnet ihm Jesus noch einmal als Auferstandener am Ufer des Sees und stellt ihm die wichtigste aller Fragen: „Liebst Du?“

Auch jedem von uns hilft es, wenn wir immer wieder im Leben diesen Faden in die Hand bekommen, der uns von der Mitte hinaus führt zu den Menschen, die auf uns warten, die mit uns leben und von uns geliebt sein wollen.

Deshalb nennt man auch im Labyrinth den Weg zur Mitte den Heldenweg und den Weg aus der Mitte heraus den Liebesweg.

Sehr schön wird das Ziel dieses zweiten Weges bereits in der Geschichte von

Theseus und Ariadne beschrieben. Als die beiden sich wiedergefunden haben, reisen sie zuerst nach Delos, wo ein Fest gefeiert wird: „Dort tanzten sie den Geranos, den Hochzeitstanz, indem sie die Linien des Labyrinths nachtanzten“. Dieser Teil der Geschichte ist insofern bemerkenswert, weil er oft übersehen oder ignoriert wird. Das Labyrinth ist seit altersher nicht nur ein Ort der Auseinandersetzung und des Kampfes, sondern auch ein Ort des Festes und des Tanzes. Oder anders gesagt: Das Leben ist nicht nur ein Kampf-, sondern auch ein Tanzplatz.

*Das Leben ist ein beständiges Gehen im Labyrinth.*

*Ankommen und Aufbrechen.*

*Zur Mitte finden*

*und sie wieder verlassen.*

*Sich wenden müssen*

*und doch immer weiterkommen.*

### Das Labyrinth als Einkehrweg

Wenn Menschen nun ein Labyrinth begehen, dann spüren sie all diesen Elementen des Lebens nach. Die vielen Wendungen mahnen zu Geduld und Beharrlichkeit. Es gibt keine Abkürzungen, alles muss ausgesprochen werden, alles gehört dazu, die Begeisterung des Anfangs, die Irritation der Wendungen, die Randerfahrungen und Zweifel. Aber wer geht, kommt auch an. Beim Beobachten von Menschen im Labyrinth ist mir aufgefallen, dass das Erreichen und Verweilen in der Mitte besonders geschätzt wird. Die Erleichterung ist zu spüren, die innere Aufrichtung ist zu sehen. Viele lassen sich in der Mitte auch gerne nieder, können lange verweilen und genießen die Geborgenheit, die eine so stark zentrierte Mitte ausstrahlt.

Aber es gibt kein Bleiben, man muss zurück. Hier rücken nun andere Gedanken in den Vordergrund, nicht mehr der Weg, nicht mehr ich, bilden den Fokus, sondern: Was erwartet mich in der nahen Zukunft, wer ist da in meinem Leben, wo gehe ich hin, was ist mein Zuhause und: Wem bin ich zugetan?

Manche Menschen erleben bei einem Labyrinthgang nichts Besonderes, aber für manche faltet sich ein innerer Bilderbogen auf, der die Seele nährt und weiterbringt.

### Trauerarbeit mit dem Labyrinth

Das Wort Labyrinth hat einen Zusammenhang mit dem lateinischen Wort: labor intus = Innere Arbeit. Sehr einfach lässt sich mit einem Labyrinth diese innere Arbeit aktivieren. Man kann in einen Labyrinthgang eine konkrete Frage mitnehmen, oder den Gedanken an einen konkreten Menschen. Man kann Stationen des Lebens nachempfinden, sich erinnern, sich bedanken und sich etwas wünschen. Man kann in der Mitte etwas ablegen oder aufnehmen. Gerade in Zeiten des Trauerns ist eine besondere Offenheit für Rituale und innere Prozesse vorhanden, die man sehr schön mit dem Labyrinth verbinden kann.

### Aufbruch zur Gelassenheit

Das Labyrinth ist ein Bild für den wechselvollen Lebensweg. Zugleich ist es ein Aufruf zur Gelassenheit. Gelassenheit entsteht aus der Erkenntnis, dass das Leben so ist, wie es ist, und nicht anders. Dazu gehören Abschnitte nahe der Mitte und nahe am Rand, Wendepunkte, die mit Freude gegangen werden, und solche, die Widerstand und Zögern auslösen. Der wichtigste Grund zur Gelassenheit aber ist das Vorhandensein der Mitte. Es gibt ein Ziel, einen Ort der Geborgenheit, ein Zentrum. Gefüllt wird diese Mitte von dem, was die Labyrinthpilger an Stimmungen und Befindlichkeiten, an Gedanken und Glauben in die Mitte tragen. Des-

halb ist die Mitte für jeden Menschen etwas ganz Eigenes.

Gelassenheit im Leben zu finden erfordert Mühe, Ausdauer und Geduld. Manches Mal wünschen wir uns, wir könnten aus uns heraustreten, über den aktuellen Moment hinaus gelangen und gleichsam wie von oben auf unser Leben heruntersehen, um die Zusammenhänge zu erkennen und zur Gelassenheit zu finden. Auch für diese Sehnsucht nach Erkennen des großen Ganzen und nach Gelassenheit kann das Labyrinth ein Bild sein: Wer aus einer erhöhten Position ein ganzes Labyrinth überblickt, für den fügen sich die vielen Linien zu einem faszinierend schönen Ganzen, das in seiner Vollkommenheit und Schönheit staunen lässt. Wenn unsere Lebensbahnen sich so ineinanderfügen, dann ist alles gut.

Dann kann man einstimmen in einen alten Spruch, der von manchen am Beginn und Ende jeden Tages einer Pilgerwanderung oder einer Labyrinthbegehung gesprochen wird.

*Alle Pilger dieser Welt kennen drei Schritte der Pilgerschaft:*

*Der erste ist Demut.*

*Der zweite ist Loslassen.*

*Der dritte ist Empfangen.*

*Möge der Weg uns nach Hause bringen.*

### Gernot Candolini

Gernot Candolini ist Labyrinthbauer, Seminarleiter und Direktor der Montessorischule Innsbruck. Ein Labyrinthseminar mit ihm findet am 4. Dezember 2021 im Bildungshaus Puchberg statt. Der Bildband: „Labyrinth – Inspiration zur Lebensreise“ und andere Bücher können direkt beim Autor bezogen werden. Siehe [www.labyrinth.at](http://www.labyrinth.at)



Ideen und Text von  
 DGKP Barbara Haidinger  
 (Palliativstation Vöcklabruck)  
 und  
 DGKP Karin Zwirzitz MSc  
 (Hospizbewegung Gmunden)



## Was kann FREIHEIT für eine/n Palliativpatient\*in bedeuten?

*Freiheit bezeichnet die Fähigkeit des Menschen, aus eigenem Willen Entscheidungen zu treffen. SO SEINDÜRFEN, WIE MAN IST – mit allen Ecken und Kanten, sich nicht verstellen müssen. Zu leben mit den guten Seiten, aber auch mit Zorn und Wut und diese nicht verstecken zu müssen. Frei sein von Zwang oder als Last empfundenem Zustand, aber auch sich in seinen Entscheidungen nicht eingeschränkt fühlen.*

ES HÖRT MIR JEMAND WERTSCHÄTZEND ZU – achtend, beachtend und anerkennend Zuhören bedeutet gleichzeitig ein zurücknehmen des Zuhörers und nicht mit lösungsorientierten Vorschlägen oder wertend zu antworten. Durch WAHRHAFTIGE, EHRliche GESPRÄCHE mit Offenheit und Transparenz kann VERTRAUEN geschaffen werden. Definitiv sich verlassen können auf die Ehrlichkeit des Gegenübers, als unabhängiger, selbstbestimmter Mensch. AUTONOMIE – gehört wie Fürsorge, Nichtschaden und Gerechtigkeit zu den vier „Biomedical Ethic Principles“ (seit 1987), die von Beauchamp und Childress auf eine Vielzahl von konkreten Fragestellungen und Problemen

ihre Anwendung gefunden haben. Autonomie bezeichnet verschiedene Eigenschaften, die Selbstständigkeit, Unabhängigkeit und Selbstbestimmungsrecht beinhalten. SELBSTBESTIMMT sein BIS ZULETZT – das wünschen wir uns wohl alle und besonders als mehr oder weniger „verlusterfahrene“ Palliativpatient\*in.

„NEIN“ SAGEN DÜRFEN ZU PFLEGERISCHEN HANDLUNGEN – alle körperbezogenen pflegerischen Maßnahmen, die diese beinhalten und in der Grundpflege definiert sind, auch Ernährung und Mobilisation sind hier gemeint. Ein „nein sagen“ zu akzeptieren, auch wenn diese Handlungen die Selbstständigkeit fördern würden. INDIVIDUALITÄT – Besonderheit und Wesensart, Naturell und Eigenart, Ausdruck der eigenen Persönlichkeit leben zu dürfen, kann und darf Freiheit sein für unheilbar erkrankte Menschen. SICH BEGLEITET WISSEN – durch ein interdisziplinäres Team. Bereichsübergreifend durch die Zusammenarbeit mehrerer Disziplinen, um deren Denkweise, Ideen und Angebote einzubringen und diese zu nutzen, mit dem Ziel, wertschätzende, adäquate WEGBEGLEITER zu haben. Der/

die Palliativpatient\*in soll – SICH NICHT ALLEINE FÜHLEN – im Sinne von alleingelassen werden, verlassen sein.

Eine – GUTE, EFFIZIENTE SCHMERZTHERAPIE – bekommen. Einwandfrei und ausreichend, ideal angepasst, verträglich und individuell „zugeschnitten“ mit größtmöglicher Sicherheit für den Patienten durch Evaluierung. Geeignet und wirkungsvoll beziehungsweise nutzbringend, um zum Beispiel: Mobilität wiederzuerlangen und Körperpflege selbst durchzuführen, oder einfach nur einmal eine entspannte Stunde bewusst ohne Schmerz leben zu können. Schmerztherapie fasst alle lindernden Maßnahmen zusammen, die eine Verminderung von Schmerzen bewirken sollen. Dies alles bedeutet Freiheit. Die „Schmerztherapie“ darf sich deshalb nicht nur auf physischer, sondern bedarfsweise auch auf psychischer und/oder geistiger Ebene orientieren und bewegen.

AUF DER TERRASSE IN DER SONNE SITZEN – um sich auf einem offenen Platz einen Aufenthalt im Freien zu gönnen, an der frischen Luft die Sonne zu genießen. Die Freiheit zu spüren, durch die Helligkeit und Kraft

der Sonne, die einzigartige Dynamik und Wärme, die einen Menschen zu durchfluten im Stande ist. Vielleicht kann ein geplantes GESPRÄCH GEMEINSAM MIT ARZT, PATIENT/IN, AN- UND ZUGEHÖRIGE in solcher Atmosphäre konstruktiver gestaltet werden?

Freiheit kann aber auch bedeuten MEHR BESUCHE, ALS NUR EINE PERSON, ZU BEKOMMEN (nach Arztabsprache). Selbstbestimmt entscheiden zu können, dass sich zwei oder mehrere Personen gleichzeitig bei der/dem Schwerkranken aufhalten dürfen, bedeutet in Anbetracht der geltenden Coronabestimmungen eine mehrfache Herausforderung. Von verschiedenen Standpunkten aus gesehen wird dieser Umstand für alle Beteiligten eine multidimensionale Entscheidungsfindung darstellen.

ALLES GEREGELT ZU HABEN – frei zu sein für das Leben, das noch bleibt. Die verbleibende Zeit in möglichst guter Lebensqualität, nicht nur zu verbringen, sondern wahrhaft leben zu können. Durch eine Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht SICHERHEIT SPÜREN. Sich zu

## Freiheit

*Die Freiheit eines Vogels spüren –*

*wenn Hoffnung in mir und meinen Mitmenschen wächst*

*Die Freiheit eines Vogels spüren –*

*wenn es still wird in mir*

*während lautes Getriebe um mir ist*

*Die Freiheit eines Vogels spüren –*

*wenn ich die Realität annehme*

*und dabei das Träumen nicht vergessen*

*Die Freiheit eines Vogels spüren –*

*wenn ich Liebe geben und annehmen kann*

*Die Freiheit eines Vogels spüren –*

*wenn ich mein Ich nicht in den Vordergrund stelle*

*und ich meine Verletzbarkeit zulasse*

*Die Freiheit eines Vogels spüren –*

*weil es Menschen gibt; die mir Rastplatz und Wegweiser sind*

*Barbara Haidinger, 2010*



befreien von verschiedenen weltlichen Dingen, um letztendlich in Freiheit da zu sein, um mit allen Sinnen fühlen zu können. Die eigene Geschichte lieben und das Leben annehmen – das ist der Weg, die wahre Freiheit.

Gemeinsame ärztliche, patientenorientierte ENTSCHEIDUNG, WANN mit PALLIATIVER SEDIERUNG gestartet wird. Zum Beispiel nur nachts oder auch Tag und Nacht, um eine schwere Symptomenlast im Schlaf als Linderung erfahren zu dürfen. In vollkommener Ruhe Freiheit zu erleben, an nichts zu denken, eine Pause für unaushaltbares Aushalten zu schaffen, träumen vom Leben oder auch vom Sterben. Freiheit kann all diese angeführten Punkte bedeuten und beinhalten, aber bestimmt auch das Ziel IN WÜRDE STERBEN ZU KÖNNEN.

# Freiheit in Palliative Care: Spannungsfeld der begrenzten Möglichkeiten?



OA Dr. Johann Zoidl  
Leitung Palliativstation  
Ordensklinikum Linz  
GmbH  
Barmherzige Schwestern

*Freiheit wird verstanden als eine Gegebenheit, ohne Zwang und Einschränkung zwischen verschiedenen Möglichkeiten wählen und entscheiden zu können.*

Der Begriff Freiheit begegnet uns aber als ein vielschichtiger und manchmal auch schwammiger Begriff, der uns alle in unserem täglichen Tun beschäftigt und mich als Arzt auch immer wieder in Konfliktsituationen bringt. Als herausfordernd empfinde ich als Palliativmediziner oft das Spannungsfeld aus unterschiedlichen Freiheiten, die bei schweren Erkrankungen in Behandlung und Erleben aufeinandertreffen: Therapiefreiheit, Freiheit von Schmerz und quälenden Symptomen und Entscheidungsfreiheit der Patientinnen und Patienten.

Freiheit ist das Kernanliegen unserer medizinischen Arbeit, wenn es um die Freiheit von Krankheit und Schmerz geht. Gerade die Schmerzfreiheit beschäftigt mich in meinem beruflichen Leben stark. Wie unfrei sich Menschen fühlen, wenn sie an Schmerz und quälenden Symptomen leiden, sehe ich fast jeden Tag. Der Wille muss sich dann dem Schmerz beugen. Zentraler Patientenwunsch und somit mein oberstes medizinisches Ziel ist oft nur, das Leid zu lindern. Zu erfahren, dass individuelle Freiheit durch therapeutische, vor allem aber auch durch menschliche Zuwendung in diesen Situationen gefördert werden kann, ist eines von vielen

Erlebnissen, die ich im Alltag als Palliativarzt als motivierend empfinde.

Ich erlebe Menschen jeden Tag in Extremsituationen. Schwerkranke Menschen, die man als „dem Schicksal ausgeliefert“ wahrnimmt, gehen oft auf erstaunliche Weise mit ihrer (Un-)Freiheit um. Ich erlebe Menschen in ihren Reduktionen und Defiziten, die aber in ihrer persönlichen Eingeschränktheit Möglichkeiten und Entfaltungsräume für Freiheiten finden, die sie oft besser nutzen als gesunde Menschen.

„Habe ich erst so krank werden müssen, um für das Wesentliche in meinem Leben aufmerksam zu werden?“

Gemeinsam als Team trachten wir immer danach, mit den Patienten gemeinsam diese Entfaltungsräume zu vergrößern und zu gestalten, anstatt sie durch oft wenig erfolgreiche medizinische Entscheidungen einzuschränken. Die dem Arzt zustehende Therapiefreiheit sollte nur gelten, solange die Freiheit des Patienten nicht eingeschränkt wird. Verantwortung ist hier das Schlüsselwort. Als behandelnder Arzt übernehme ich diese Verantwortung uneingeschränkt und treffe Entscheidungen mit meinen Patientinnen und Patienten, die meinem Rat vertrauen. „Shared decision making“ ist der moderne Begriff für den Prozess der gemeinsamen Entscheidungsfindung von Arzt und betroffenen Menschen und dient der Sicherung der Autonomie.

Aber auch Begleit- oder Vorerkrankungen und das soziale Umfeld beeinflussen Entscheidungen und schränken

Freiheiten ein. Und auch ohne Einschränkungen durch den Patienten ist unsere Therapiefreiheit keine unendliche, denn Leitlinien, die uns vorgegeben werden, sollten eingehalten werden und stehen manchmal in Widerspruch zu meinen eigenen Erfahrungen als Arzt. Ist eine empfohlene Therapie für einen 30-jährigen Schwerkranken eine nachvollziehbare Wahl, so ändert sich diese Einschätzung diametral, wenn ein Patient etwa über 80 ist oder bereits schwere Vorerkrankungen hat.

Die Entscheidungsfreiheit des Patienten – schränkt sie auch meine Therapiefreiheit ein? Ja, und das darf sie. Selbstbestimmtheit ist in Zeiten der Krankheit ein wichtiger Anker für viele Patientinnen und Patienten. Eine Behandlung nicht zu wollen, obwohl der Arzt sie empfiehlt, darf ein Anliegen sein. „Darf ich denn auch nein sagen?“, ist immer wieder die Frage. Die Angst vor dem immer wieder paternalistisch agierenden medizinischen Routine-system kann die persönliche Entscheidungsfreiheit massiv beeinträchtigen. Hier liegt auch eine wichtige Aufgabe von Palliative Care, die Zusicherung der Betreuung, auch wenn sich ein Mensch gegen eine Therapieempfehlung entscheidet.

Unter dem Gesichtspunkt der Wahrung der Autonomie sind Patientenverfügungen eine sehr bedeutende Möglichkeit, vorab zu bestimmen, was man an therapeutischen Schritten nicht mehr möchte, wenn ein sinnvoller Nutzen nicht zu erwarten ist. Für jeden von uns



gilt, sich vorab Gedanken zu machen über das, was man nicht will. Es kann unsere Freiheit am Lebensende sichern. Hier empfinden ältere Patientinnen und Patienten am Lebensende vielleicht eine größere Freiheit als dies bei jüngeren der Fall ist. Ist es einerseits das tiefe, ehrliche Eingestehen: „Ich habe mein Leben gelebt und ich bin zufrieden“, so höre ich bei jüngeren Menschen oft den verzweifelten Satz: „Ich möchte leben und sehen, wie meine Kinder heranwachsen, die brauchen mich doch.“ Frei zu sein, um loszulassen, wenn es noch so viele gefühlte Verpflichtungen gibt,

ist ungemein schwer. Glaube, Vertrauen und Spiritualität können an diesem Punkt vielleicht eine kraftspendende Dimension sein, die mir auch als Arzt die Kraft zur Präsenz beim Menschen in dieser Situation gibt.

Aber wie sieht es mit meiner erlebten Freiheit aus? Wie oft habe ich nicht die Freiheit, Hoffnung zu geben, und doch öffnet diese Einschränkung andere Möglichkeiten und Perspektiven für Freiheiten. Die Bereitschaft, sich einzulassen auf ein tiefes empathisches Gespräch, schafft Freiheit, Zuhören schafft Freiheit. Sehr oft ergibt sich

dann das unvollkommene Bild eines Lebens, dem das Streben nach einem optimalen Leben gegenüber steht. Ein Ziel, das man nie ganz erreicht, das uns sehnsüchtig zurücklässt. Und dann ergibt sich im Gespräch dennoch meist Erstaunliches: Dass Zufriedenheit und Freiheit erlebt werden können – in jeder noch so schwierigen Situation. Die tiefe Dankbarkeit, die man in diesen Betreuungssituationen erlebt, macht demütig.

Schön, wenn man in schwierigen Situationen hört, dass sich ein Patient hier bei uns geborgen und gut aufgehoben fühlt.

# Gedankensplitter eines pensionierten Arztes über den Begriff Freiheit



*Dr. Helmut Waltenberger  
Allgemeinmediziner in  
Pension*

*An der Definition von Freiheit haben sich schon zahlreiche bedeutende Philosophen, Schriftsteller und in letzter Zeit auch zunehmend Verhaltensbiologen abgearbeitet.*

*Die Freiheit wurde immer in Verbindung mit der Vernunft und dem Willen des Menschen betrachtet.*

Freiheit bezeichnet die Fähigkeit des Menschen, aus eigenem Willen Entscheidungen zu treffen.

Es wird die „negative Freiheit“ (die Freiheit von etwas; frei von Schmerz, frei von Zwängen, frei von Sorgen, usw.) von der „positiven Freiheit“ (die Freiheit zu etwas; frei wählen, freie Gedanken, freie Entscheidungen, freies Handeln, schöpferische Tätigkeiten, usw.) unterschieden.

*Der Mensch ist frei, wenn er mittels Vernunft das Beste wählt und das führt ihn zum Guten (Sokrates, Platon).*

Im 16. und 17. Jahrhundert spielen die Willensziele, sowie die Begriffe der Selbstbestimmung und Autonomie, eine zunehmende Rolle (Descartes und Spinoza).

Ich handle frei, wenn ich tun kann, was ich tun will.

Willkür und absolute Freiheit im Sinne einer Grenzenlosigkeit führen aber zu Chaos und Nihilismus.

Das Individuum Mensch ist auch ein Gemeinschaftswesen. Somit ergab sich bald das Spannungsfeld zwischen persönlicher Freiheit und sozialer Ordnung. Hier spielt zunehmend die große soziale Einheit „Staat“ eine entscheidende Rolle.

Hier zwei sehr konträre Auffassungen aus dem 15. und 16. Jahrhundert:

John Locke u.a. beschreiben individuelle Freiheit als Voraussetzung gesellschaftlicher Prozesse. Sie schreiben den Menschen vorgesellschaftliche Freiheitsrechte zu, die zu schützen sind (Eigentum, Grundrechte, Menschenrechte).

Thomas Hobbes u.a. beschreiben das Leben im vorgesellschaftlichen Zustand als „Solitary, Poor, Nasty and Short“, kurzum als „Krieg aller gegen alle“. Nur Verfassung, Recht und Gesetz können eine Lösung bringen.

Gibt es überhaupt einen freien Willen oder sind wir in unserem Willen von vielen verschiedenen Einflüssen bereits von vornherein determiniert und fremdbestimmt?

In neuerer Zeit spielen auch Verhaltenspsychologen und Hirnforscher eine große Rolle, wenn es um die Voraussetzungen für den freien Willen geht.

Einige Wissenschaftler meinen, dass der Mensch im biologischen Sinne gar keine Möglichkeit der freien Entscheidung hat.

Freiheit ist also Unabhängigkeit. Diese Unabhängigkeit ist aber in Wirklichkeit von verschiedenen Umständen abhängig.

Wir sind abhängig von der Zeit, in der wir leben, von unserem Kulturkreis, unserer Sprache, unserer religiösen Erziehung usw.

Diese Unabhängigkeit bedeutet für uns gleichzeitig Verpflichtung gegenüber unserer Zeit, unserer Sprache, usf., natürlich auch gegenüber unserem Beruf.

Erst eine „Ich-Identität“ versetzt mich in die Lage, meine Freiheit zu verstehen. Vollkommene Freiheit wäre vollkommene Einsamkeit.

Freiheit ist immer etwas Zwischenmenschliches.

Endet meine Freiheit an der Grenze der Freiheit des anderen oder ist diese Grenze eine Chance, die sich meiner eigenen Freiheit bietet?

Jean-Paul Sartre nimmt diesen Gedanken in seinem Werk „Das Sein und das Nichts“ auf und folgert:

*„Objekte“, die in Beziehung zu uns stehen, versuchen wir zu ordnen und an unser eigenes Weltbild anzupassen.*

*„Subjekte“ jedoch verursachen Konflikte. Wir versuchen den anderen zu einem Objekt zu machen.*

Dieses Phänomen sehen wir sehr häufig auch in der Arzt-Patientenbeziehung.

Es wird von Fällen gesprochen, Diagnosen stehen stellvertretend für Patienten (das Bronchuscarcinom im Zimmer Nr.3). Allzu oft werden dadurch das subjektive Leid, die menschlichen Ängste, aber auch Hoffnungen und Erwartungen, nicht wahrgenommen. Es kommt zu einer deutlichen Abnahme der notwendigen Empathie und somit auch der Freiheit im Sinne Sartres.

Ich habe oft versucht, diese Schiene zu verlassen und das Subjekt „Patient“ wieder in die Mitte zu rücken. In Palliativabteilungen sowie in der Hospizbetreuung wird in dieser Richtung sehr viel Positives bewirkt, was mich immer sehr beeindruckt hat.

Wir machen uns immer schuldig, wenn wir den anderen zum Objekt machen



oder uns ihm zum Objekt machen lassen.

Sartre unterscheidet drei Arten der Begegnung von Menschen:

die Bitte, die Forderung und den Appell. Bei der Bitte ordnet sich der Knecht dem Herrn unter (er bittet um Gnade). Bei der Forderung erzwingt der Herr die Unterordnung des Knechtes (er macht dessen Freiheit zum Objekt).

Beim Appell aber geht es um zwei menschliche Freiheiten, die sich gegenseitig anerkennen und sich einander zuwenden. Es gibt weder eine Überordnung noch eine Unterordnung. Die Freiheit der Beteiligten wird beachtet.

Der Appell sollte die bevorzugte Variante in der Arzt-Patienten-Beziehung sein. Weder der „Gott in Weiß“, noch der „duldende Patient“ bilden diese Form der Freiheit ab.

Beim Appell ist der andere nicht

zwangsläufig eine Grenze meiner Freiheit, sondern ganz im Gegenteil, seine Freiheit ist eine Chance für meine eigene Freiheit.

Wenn Freiheit ein relativer Begriff ist, dann ist sie nur in Relation zu anderen Menschen möglich. Freiheit ist daher kein Ziel an sich.

Eigenständig, also frei, ist ein Mensch dann, wenn er einen eigenen Standpunkt einnehmen kann. Gibt es keine Eigenständigkeit, gibt es in gewissem Sinne auch keine Menschen.

Wir fühlen uns als Ursache unseres Handelns, also fühlen wir uns frei.

Eine freie Persönlichkeit sollte nicht nur eigenständig, sondern auch authentisch sein.

Eigenständigkeit drückt sich in jedem Handeln aus. Authentizität offenbart sich vor allem in schöpferischen Handlungen und zwischenmenschlichen

Beziehungen. Hier sollte sich meiner Meinung nach ein Arzt wiedererkennen (Handeln und Behandeln aufgrund seines Wissens und seiner Ausbildung. Betreuung mit Empathie unter Bewahrung der integrativen persönlichen Freiheit des Patienten).

Wer nicht selbst ist, kann demnach nicht frei sein.

Freiheit ist nicht nur Unabhängigkeit, sondern schließt auch die Möglichkeit, Entscheidungen zu treffen und Handlungen zu setzen ein. Viele verschiedene Möglichkeiten zu haben und mich für etwas entscheiden zu „können“, heißt nicht unbedingt auch „wollen“.

Um frei zu sein, muss man frei sein WOLLEN. Zum freien Handeln kann man niemand zwingen.

Es gibt aber keine negative Freiheit ohne positive Freiheit.

Negative Freiheit in Reinform ist nicht möglich, da sie letzten Endes die Freiheit selbst zerstört. Dies ist oft das Problem bei Revolutionen („die Revolution frisst ihre Kinder“).

Negative Freiheit muss sich demnach mit positiver Freiheit verbinden – vgl. Jean-Paul Sartre: Der Mensch ist zur Freiheit verurteilt.

Positive Freiheit erfordert Arbeit, Mut, Aufrichtigkeit, selbstständiges Denken und Verantwortung.

Absolute Freiheit ist gefährlich für die Gesellschaft, aber auch für das Einzelwesen.

Freiheit ist also kein Ziel an sich. Freiheit benötigt Reife.

Es ist wichtig, frei zu sein. Es ist jedoch nicht minder wichtig, wie wir unsere Freiheit mit Inhalten füllen.

In diesem Sinne ist eine geglückte Arzt-Patientenbeziehung eine Form der Freiheit beider. Keiner darf zum Objekt gemacht werden. Die individuelle Subjektivität muss erhalten bleiben. Das soll unser Ziel sein. Die Beachtung der individuellen Subjektivität und somit der Freiheit im Sinne Sartres sollte eine Maxime unserer Moral und unseres Lebens sein.

# Lauras Geschichte von Freiheit



DGKP Karin Zwirzitz, MSc  
Hauptberufliche  
Mitarbeiterin  
Hospizbewegung Gmunden

*Als junger Mensch seine Freiheit zu genießen ist das normalste auf der Welt. Freunde zu haben, den Beruf nach eigenen Vorstellungen zu wählen, fortgehen und feiern, Führerschein, das erste Auto, Spaß haben und Unsinn machen, aber auch Erfolg und Anerkennung erfahren zu dürfen. Ganz einfach erwachsen werden.*

Ende Sommer 2019 fühlt sich Laura schwindlig und läuft weiß an. Sie sieht auch weiß und fällt um. Nichts Ungewöhnliches bei einem Teenager, das kann schon mal passieren. Sie erholt sich schnell und der Sache wird keine besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Die Arbeit als Friseurlehrling macht ihr Spaß. Trotzdem – ihre Hände fühlen sich komisch an, so als ob sie diese extrem verlegt hätte. Das kommt bestimmt durch die ungewohnte Arbeit.

Laura kann die Fönbürste auf einmal nicht mehr halten, keine Faust machen – es war einfach nicht mehr möglich. Ihre Hände nimmt sie wie in Eis erstarrt wahr. Sie tun weh.

Laura gestaltet ihr Leben trotzdem normal weiter, sie will unabhängig sein, ihre Freiheit und Jugend einfach genießen. Sie hat das Recht dazu, wie alle anderen auch – selbstständig und selbstbestimmt.

Schmerzen breiten sich weiter aus und nehmen mehr und mehr von ihrem Körper ein, wie wenn sie gefesselt würde. Hände, Knie, Ellbogen und Schultern. Wie eine Gefangene wird Laura von diesem „einnehmendem Etwas“ festgehalten. Dann die Diagnose – eine

Autoimmunerkrankung – Lupus. Cortison und Schmerzmittel bringen nicht den erhofften Erfolg bzw. Linderung und wenn, dann immer nur kurzfristig. Es wird immer schlimmer. Auf einen guten Tag, mit wenig Schmerzen und besserer Beweglichkeit, folgen wieder schlechte. Anstatt Besserung und frei werden von dieser Erkrankung, umklammert sie den Teenager mehr und mehr.

Mitte Juli 2020 ist Laura unfähig zu gehen, das Aufstehen ist mühsam und ein nur noch über seitliches Drehen „irgendwie aufkommen“ – wie sie es selber ausdrückt. Ihr „Freiheitsradius“ beschränkt sich großteils auf ihr Lager im Wohnzimmer und dem Weg zur Toilette.

Freiheit – bedeutet Eigenständigkeit, Unabhängigkeit, das Anrecht sich frei zu bewegen – zu dieser Zeit für Laura

nicht oder nur eingeschränkt möglich. Wird das wieder? Vielleicht ist es morgen schon besser, oder wieder gut. Laura kann das nicht mehr hören – „es wird eh besser“, „das nervt – denn du glaubst: es wird nicht besser“! Die Eltern hoffen auf das nächste Medikament, das laut Stufenmodell an der Reihe ist. Gott sei Dank – es wirkt – nur kurz – und wieder nur in Verbindung mit Cortison.

Ihre Mama würde alles tun, alles geben – und sie kann bald nicht mehr. Wenn Laura zumindest schmerzfrei wäre, wenigstens die Freiheit hätte, irgendwie aus dem Bett zu kommen ohne Schmerzen. Es folgt ein ganz schlimmer Schub, drei Wochen lang, mit extremer Morgensteifigkeit, einem Gefühl, das Laura als „gefesselt sein“ beschreibt. „Als ob mich wer festhält, niederdrückt.“ Sie schafft es nicht mehr aufs Klo – das Bett wird





nass. Laura kann nicht mehr gehen und so trägt der Papa Laura die Treppe hinauf oder bringt sie runter.

Sie hat ihr Handy immer bei sich, auch im Bett – eine Vorsichtsmaßnahme und Sicherheit, um Hilfe rufen zu können, bis ihr an einem Morgen das Handy wegrutscht und zu Boden fällt. Ihre Finger, ihre Hände – ihr ganzer Körper, ist wie versteift und bewegungsunfähig vom Schmerz. Sie kann das Handy nicht mehr erreichen. Laura muss schreien, so lange, bis ihre Mama sie endlich hört. „So will ich nicht mehr leben!“

Die Stimmung ist endgültig im Keller angekommen.

Was bedeutet Freiheit für einen jungen Menschen wie Laura, die durch Krankheit und Schmerz ein „Gefangen sein“ erfahren muss? Freiheit heißt für Laura, dass die beste Freundin für sie da ist, egal wie schlecht es Laura gerade geht. Und Resi ist da – immer. Sie kann sich gut emotional abgrenzen und das bedeutet echte Hilfe für Laura. Unsinniges Zeug reden, über die Welt draußen philosophieren, über alles und nichts quatschen – einfach frei sein von Gedanken an die Krankheit. „Resi – ich bin so froh, dass es dich gibt!“

Mitte Oktober 2020 wird die laufende

Therapie mit noch einem weiteren Medikament ergänzt, von dem ihr schlecht wird. Aber dann verändert sich etwas – eher zaghaft – Laura bezeichnet es als Prozess. Erstes Highlight: das Aufsetzen im Bett wird möglich. Sie freut sich ganz still darüber. Als nächstes gelingt es Laura, eine Faust zu machen und sie kann einen kleinen Ball halten. Soll sie sich weiter freuen? Und auf einmal wird es möglich, die Knie abzubiegen! Das fühlt sich „fremd“ an. Laura freut sich richtig, Vollgas laut. Und mit ihr, ihre Eltern und natürlich Resi :-).

Sich wieder zu spüren und bewegen zu können, Autonomie zurückgewinnen und sich nicht mehr abhängig fühlen. Die Freiheit zu entscheiden, den Rollator in der Ecke stehen zu lassen und die Treppen hinauf und hinunter zu steigen – ohne Papas Hilfe. Selbst wieder aufstehen können und jeden Schritt eigenmächtig zu gehen – auch wenn es unsportlich aussieht – es ist und es bleibt ein beständiges Highlight für Laura und nicht nur eine „Eintagsfliege“. Lediglich die Sitzhöhe bleibt für diese Unternehmungen ein wichtiges Detail. Laura kann sich wieder selbst duschen, baden, die Haare waschen und all diese Dinge, die für den Rest der Menschheit

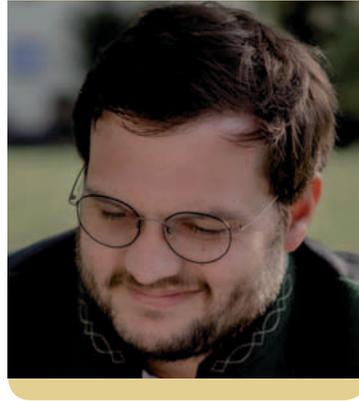
so selbstverständlich sind. Lieber Gott – Danke!

Den ersten Ausflug in „fabriksneuer“ Freiheit macht Laura mit der besten aller Resis, ihrer besten Freundin Resi, zum Traunsee – am Halloweenabend.

„Stark bleiben, dich nicht aufgeben. Mental macht es trotzdem was aus, wenn ich mir sage, dass es besser wird. Und kleine erreichbare Ziele setzen, wie, den Stift halten und was zeichnen. Mit Mama am Grünberg spazieren gehen, auch wenn es stark war. Ich fühle mich frei von Krankheit, obwohl sie immer da ist. Die Medikamente erinnern mich ja jeden Tag daran. Das Handy brauch ich nicht mehr mitnehmen. Die freie Entscheidung, über meine Krankheit zu reden, um vielleicht anderen Betroffenen Mut zu machen. Ich habe meine Lebensfreude zurückgeschenkt bekommen“.

„Zum Schluss möchte ich noch sagen, dass ich mehrmals nicht mehr gekonnt habe. Die wichtigste ‚medizinische Stütze‘ bleiben meine Wegbegleiter, auch Chili, mein Kater. Den hab’ ich einmal getröstet bei einem Gewitter, weil er sich so gefürchtet hat. Er war immer an meiner Seite. Ich glaub’, das war sein Dank dafür“ (Laura).

# Stimmen aus dem Pflegeheim



DGKP  
Gerald Pramesberger, MSc  
Obmann Hospizverein  
Bad Ischl – Inneres  
Salzammergut

*Es ist Mitte April im Jahre 2021. Ostern ist vorbei und ein sehr trübsinniges Wetter lässt kaum Frühlingsstimmung aufkommen. Omnipräsent: das Coronavirus. Ich durfte nach Absprache mit den Heimleitungen von drei Alten- und Pflegeheimen in Oberösterreich sowie mit Testungen, Abständen und Maske für „Lebenswert“ Bewohnerinnen und Bewohner sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur Frage „Was ist für dich Freiheit?“ zum Gespräch bitten. Ein kurzer Ausschnitt dazu ...*

„Ich möchte ein freier Mensch sein! – Das bin ich immer gewesen ... Freiheit ist für mich, das was ich mir vorgenommen habe, auch tun zu können.“

*Sepp, 86*

„Freiheit? Frei bedeutet für mich unabhängig zu sein – derzeit eben gar nicht so einfach. Bin aber dennoch froh hier zu sein wegen meinem Schwindel und so.“

*Anna, Ü80*

„Für mich bedeutet Freiheit, heute einen heißen Leberkäse mit Pfefferoni und Cola zur Jause zu haben. Ist jeden Tag anders – kann ich gar nicht so beschreiben. Wir sind doch hier alle sehr genügsam geworden nach dem ganzen Blödsinn ...“

*Franz, 79*

„Ich kenn’ sowas nicht mehr seit meinem Schlaganfall. Freiheit kenne ich eigentlich nur mehr von meiner Jugend. Das war eine schöne Zeit.“

*Hermine, 69*

„Freiheit ist, endlich mal meinen Urnenkel zu sehen. Am liebsten jeden Tag. Das ist für mich Freiheit.“

*Paula, 87*

„Freiheit ist für mich, ein Mensch zu sein. Mit der Natur verbunden. Allein stehend. Ohne Kinder und ohne Frau.“

*Pepp, 93*

„Wenn du heute besonders lustig sein möchtest – du hattest schon bessere Sprüche aufn Kistl, Gerald!“

*Hans, 82*

„Frei bin ich erst nach dem Tod. Davon bin ich überzeugt!“

*Frauuke, 74*

„Mit meiner Frau nochmal 18 sein. Ach Gott, was würde ich dafür geben. Da waren wir wirklich frei. Manchmal kann Maria mit Bildern sich noch erinnern.“

*Hans-Peter, 89*

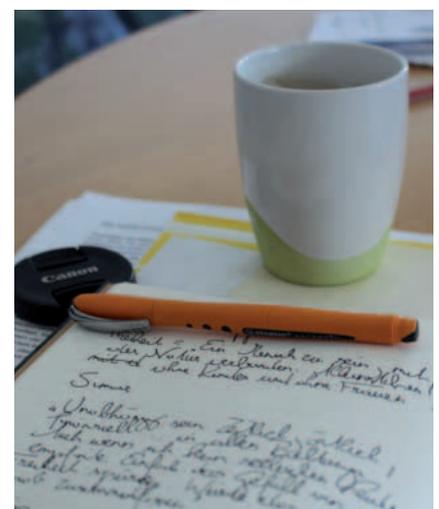
„Freiheit mhm. Unabhängig sein. Zeitlich, örtlich, finanziell ... in allen Richtungen. Ebenso ist Freiheit, wenn ich kein seelisches Leiden empfinde. Einfach das Gefühl von Freiheit spüren. Würde das mal so grob zusammenfassen.“

*Simone, U30*

„Freiheit? Ohne schlechtes Gewissen sich einfach mal mit Freunden treffen, ohne irgendwie irgendwen zu gefährden. Einfach in den Urlaub fahren, ohne wen fragen zu müssen“

*Tom, 27*

PS: Die limitierte Besuchsmöglichkeit wurde durch das Treffen nicht beeinflusst.





*Claudia Glössl,  
MAS, MSc, MA  
Ehrenamtliche  
Mitarbeiterin der  
Hospizbewegung Wels*

## Der Tod und die Freiheit – eine außergewöhnliche Begleitung

*Der Todesfall des langjährigen Partners ist ein tiefer Einschnitt in der Lebensbiographie. Je tragfähiger, qualitätsvoller und intensiver diese Beziehung ist, desto heftiger ist in der Regel der Schmerz und dennoch kann der Tod eines geliebten Menschen eine neue Freiheit schenken.*



Das Bild entstand am 10. 1. 2021 und zeigt ein wechselvolles Bild mit Gewitter und Sonnenschein. Ein Gewitter ist Bewegung, es entlädt sich und bringt Reinigung. Neues kann entstehen.

Frau Rosita\*) verlor nach 23 gemeinsamen Jahren ihren Lebenspartner durch einen plötzlichen und unerwarteten Tod. Das soziale Umfeld, die Familie von Frau Rosita, Freundinnen, Arbeitgeber und Mitarbeiter\*innen des Arbeitgebers ihres Partners stützen und unterstützen sie bei ihren Schritten in den neuen Lebensabschnitt.

Die Trauerbewältigung nach dem Tod der Mutter im Alter von 9 Jahren und die der Schwester im Alter von 30 Jahren waren völlig anders. Frau Rosita erkannte rasch, dass diese Trauer trotz des großen Schmerzes eine Chance ist, sich diesmal intensiv und gezielt damit auseinanderzusetzen und einen anderen Weg zu gehen als damals 1974 und 1995. Sie wollte den Weg des „Ich muss funktionieren, auch wenn das Leben dadurch weniger lebenswert ist“ nicht noch einmal gehen. Das Leben muss einen anderen Weg durch die Trauer bieten als funktionieren, Trauer verschieben und unterdrücken. Dass das Leben sehr lebenswert und schön ist, erkannte Frau Rosita in der Beziehung mit dem verstorbenen Partner. Sein Ziel war stets, dass es ihr gut geht, sie sich wohl fühlt und er stellte für sich ihre Bedürfnisse in den Mittelpunkt der Beziehung. Die ersten Monate waren extrem schwierig, denn der Körper zeigte Frau Rosita Grenzen auf. Das Sterben des Partners war (fast) einfacher zu akzeptieren als das eigene Überleben, obwohl sein Sterben Frau Rosita frei machte.

Dazu kamen Schwierigkeiten mit der Familie des Verstorbenen. Die pflegebedürftigen Eltern des Toten mit ihrer

ständigen Betreuerin wohnten unmittelbar neben Rosita. Die ehemalige Nebenerwerbslandwirtschaft hat Nebengebäude und einen imposanten Garten mit alten Bäumen, der gepflegt werden will. Pflegebedürftige Eltern, selbst wenn es eine gute Beziehung gibt, und ein viel Arbeit machender Garten, sind eine Belastung, besonders dann, wenn es alleine geschafft werden muss. Da die erwachsene Tochter (aus einer anderen Beziehung), als Erbin, das lebenslange Wohnrecht für Rosita verlustig erklärte, war klar, dass ein Umzug notwendig ist. Dieser Umzug wurde rasch als Befreiung aus Pflichten gegenüber quasi Schwiegereltern und Arbeiten rund um das Haus erkannt. Die Erkenntnis daraus: eine neue Freiheit, ohne Pflichten, ohne irgendwelche Schuldgefühle; frei, um selbstbestimmt ein neues Leben aufzubauen. Ohne den Tod des Lebenspartners wäre es nicht möglich gewesen, diesen Pflichten zu entfliehen. Ungefähr zehn Monate nach seinem Tod wurde der Umzug Wirklichkeit. Es ist eine Wohnung mit viel positiver Energie, im Ortskern und geschickter Raumaufteilung. Bereits bei der ersten Besichtigung war dies spürbar. Die nun vollständig renovierte Wohnung bietet einen Blick auf den ehemaligen Arbeitsplatz des Verstorbenen, der gleichzeitig sein Sterbeort ist. Dieser Blick ist dennoch positiv besetzt, mit seiner tiefen Verbundenheit zum Arbeitgeber und der Freude an seiner Arbeit. Das gibt ein Gefühl der inneren Nähe. Nach vier Monaten ist Frau Rosita in der Wohnung gut angekommen. Die

aktuellen coronabedingten Herausforderungen beim Einrichten waren nicht immer einfach zu bewältigen.

Diese hohe Qualität des Erlebens der Freiheit, bei gleichzeitiger Dankbarkeit, erfüllt Frau Rosita mit einem tieferen inneren Frieden. Das bedeutet nicht, dass der Tod des Lebenspartners nicht schmerzt und die Sehnsucht nach ihm nicht groß ist. Es schmerzt und die



Dieses Bild vom 21. 1. 2021 spricht für sich selbst.

Sehnsucht ist da, das Leben mit ihm neu gestalten zu können, wohl wissend, dass dies ohne seinen Tod nicht möglich gewesen wäre. Letztlich hat sich auch er auf einer anderen Ebene befreit.

Seit sechs Monaten läuft die Trauerbegleitung und viel ist seither geschehen. Frau Rosita hat viele Schritte in den Traueraufgaben abgearbeitet. Trauerbewältigung ist harte Arbeit. Für die Bewältigung wird oftmals von Phasen gesprochen und dabei Verena Kast zitiert. William J. Worden spricht vom

Abarbeiten von Traueraufgaben. Beide, Phasen und Aufgaben, haben Gemeinsamkeiten, aber auch Unterschiede.

### Aufgabe 1: Verlust als Realität anerkennen

Der Tod muss als real anerkannt werden. Der Tote kommt nicht wieder zurück, nie wieder. Das bewusste Abschiednehmen und Rituale helfen. Das Gegenteil wäre den Verlust zu leugnen. Ein Beispiel für eine Leugnung wäre, wenn das Zimmer der toten Person unverändert bleibt oder alles aufbewahrt wird. Die Endgültigkeit des Todes ist unwiederbringlich (Worden 2007: 19 f).

### Aufgabe 2: Trauerschmerz erfahren und durchleben

Der Trauerschmerz verursacht eine Vielzahl von unterschiedlichen Emotionen, die einander widersprechen können. Es ist mitunter ein steiles Auf und Ab der Gefühle. Es ist wichtig und notwendig durch diese Emotionen zu gehen und sie abzuarbeiten. Wenn es unterbleibt, verlängert sich die Trauer und kann in eine komplizierte Trauer abgleiten (Worden 2007: 21 ff).

### Aufgabe 3: Anpassung an eine Umwelt ohne den Verstorbenen

Diese Aufgabe dauert unterschiedlich lange und wird dadurch beeinflusst, welche Rolle der Verstorbene für die Hinterbliebene hatte. Durch die verschiedenen Rollen müssen möglicherweise neue Rollen übernommen, die früher der Verstorbene überhatte und neue Fähigkeiten erlernt werden (Worden 2007: 23 f).

### Aufgabe 4: Neue Beziehungen eingehen

Bei dieser Aufgabe muss die Emotion zum Verstorbenen abgelöst werden, sodass neue Beziehungen eingegangen werden können. Dies bedeutet nicht den Verstorbenen zu vergessen. Der Tote hat weiterhin einen festen Platz im Herzen, aber es ist Vergangenheit

und nicht Gegenwart und Zukunft. Oftmals ist dies eine Herausforderung, da manche meinen, dass das Andenken an die verstorbene Person beschmutzt wird. Wenn Menschen in dieser Phase stehen bleiben, gehen sie in ihrer Entwicklung nicht vorwärts. Einen anderen Menschen zu lieben bedeutet nicht, den anderen nicht mehr zu lieben (Worden 2007: 24 f).

Ein Patentrezept, um trauernde Menschen zu unterstützen gibt es nicht, denn jeder Mensch trauert anders und Trauerreaktionen sind vielfältig. Trauer ist grundsätzlich ein gesunder Prozess, um mit dem Verlust fertig zu werden. Es gibt kein richtig oder falsch in der Trauer, denn jede Trauer ist einzigartig, weil jeder Mensch einmalig ist. Die Trauermodelle bieten eine gewisse Orientierung.

In der Trauerbegleitung wird unterschiedlich gearbeitet. Die Methoden orientieren sich stets an den Bedürfnissen der Klient\*innen und der Werkzeugkoffer ist vielfältig.

Bei Frau Rosita war rasch klar, dass sie sehr kreativ ist. Sie sprach von Bildern, die sie detailliert und in vielen Farben beschrieb. Sie wurde gefragt, ob sie dieses Bild nicht versuchen möchte zu zeichnen, vielleicht bis zum nächsten Treffen. Seither arbeiten wir immer wieder mit Zeichnen von Bildern. Die Kreativität, Farbe, Intensität und Ausdrucksstärke der Bilder sind beeindruckend. Frau Rosita wird ihren freien und selbstbestimmten Weg in ein Leben, das von Leichtigkeit, Energie, eingehüllt in liebevolle Erinnerungen an den Verstorbenen und getragen von ihren sozialen Beziehungen gehen. Wie genau das neue Leben aussehen soll, daran wird gearbeitet.

\*) Name wurde geändert

#### Literatur

Worden, J. William (2007): *Beratung und Therapie in Trauerfällen*, 3. Auflage, Bern: Huber.



DGKP<sup>m</sup> Maria Thalbamer  
 Koordinatorin des  
 Hospizvereins Bad Ischl –  
 Inneres Salzkammergut  
 Praxisbegleiterin  
 für Basale Stimulation®  
 in der Pflege

## Freiheit berührt

*Uns berührt in dieser Zeit der eingeschränkten Kontakte der Gedanke an Begegnungen, Umarmungen mit Menschen, die uns am Herzen liegen, ebenso der an die Freiheit, uns zu bewegen, wohin wir möchten.*

Die Einschränkung dieser Freiheit hat auch die Hospiztätigkeit verändert. In Gesprächen erfahre ich immer wieder, wie unsere ehrenamtlichen MitgliederInnen, Klienten und deren Angehörige sich nach der Wiederaufnahme der Betreuungen sehnen. So fehlen auch schmerzhaft die monatlichen Treffen unseres Hospizvereins, die Begegnungen, der Austausch.

Freiheit bedeutet gleichzeitig Autonomie – eines der definierten Lebensziele im Konzept der Basalen Stimulation®

(ganzheitliches pflegerisches, therapeutisches und pädagogisches Konzept für in der Wahrnehmung beeinträchtigte Menschen).

Ich denke oft an eine alte Dame, die ich kurz nach dem ersten Lockdown im Rahmen meiner Koordinationstätigkeit kennenlernen durfte. Zuvor hatte ich ein langes Gespräch mit der Tochter, die mir erzählte, wie aktiv ihre Mutter vor wenigen Wochen noch war. Sie war selbstständig mobil, ging viel spazieren, besuchte Freunde, war sogar im Kegelclub. Mit Beginn der Einschränkung ihrer Autonomie und ihrer sozialen Kontakte wurde sie zunehmend immobiler und desorientierter. Zum Zeitpunkt, als ich sie kennenlernte, war die alte Dame völlig pflegebedürftig und bettlägerig. Über meinen Besuch freute

sie sich sichtlich, sagte mir aber im Gespräch nach einer Weile: „Dieses Leben interessiert mich nicht mehr, ich sterbe jetzt.“ Zu einer weiteren Begegnung sollte es nicht kommen, nach zwei Tagen verstarb sie.

Die Einschränkungen ihrer Autonomie nahmen ihr die Lebensfreude und –energie.

Ein weiterer wesentlicher Aspekt der Basalen Stimulation® ist die Berührung. „Berührung bewegt, Bewegung berührt“. Wir wissen aus der Neurophysiologie, wie wichtig für die Entwicklung des Kindes Berührungen sind – dieses grundlegende Bedürfnis begleitet uns alle ein Leben lang. Dort wo die verbale Kommunikation eingeschränkt oder nicht möglich ist, sowie bei Menschen, die durch langes Liegen bzw. Erkrankungen ihr Körpergefühl verloren haben, werden bestimmte, gezielte, achtsame Berührungen bedeutsam und sind die Anbahnung zur Bewegung, somit zu mehr Autonomie. Wir sprechen dabei von Angeboten, die mein Gegenüber annehmen oder ablehnen kann. Die Freiheit, die Autonomie des zu Betreuenden, muss unbedingt akzeptiert werden und zeigt sich mir in der achtsamen Beobachtung.

Dort, wo die erforderliche Distanz die Freiheit zu berühren, berührt zu werden einschränkt, ist um so wichtiger die Intension, mit der ich dem Gegenüber begegne:

„Ich bin jetzt und ausschließlich hier bei dir!“ Dies wird immer spürbar sein und das zu vermitteln obliegt unserer Autonomie.





Angehörige, Töchter  
Waltraud Pesendorfer und  
Helga Schwarz



## Freiheit

Freiheit liegt nicht in der Zukunft,  
Freiheit liegt im Jetzt!

*„Des kriang ma scho“, hat er immer gesagt. So, oder so ähnlich war es, wenn wir mit Problemen oder Fragen zu unserem Papa kamen. Sich nicht auf andere verlassen, sondern die Probleme selbst angehen und lösen, das war seine Devise.*

Das Besondere an unserem Papa war, dass er immer wusste, was zu tun war. Dabei war er besonders vorausschauend und lösungsorientiert. Seine große Lebensfreude half ihm dabei, sich jeder Sache anzunehmen. Nichts war ihm zu mühsam oder zu viel. Mit viel Freude und Ehrgeiz nahm er sich ihrer an.

Als Nebenerwerbsbauer hatte er die Möglichkeit, seine Ideen frei zu verwirklichen und seine Leidenschaft zur Landwirtschaft, zur Natur und den Tieren, auszuleben. Dort fühlte er sich richtig frei in seinem Handeln und Tun. Nichts erfüllte ihn mehr, als nach einem arbeitsreichen Tag am Abend bei seiner Jause zu sitzen und an die vergangenen Stunden und seine geleistete Arbeit zu

denken, und dabei schon wieder Pläne für den nächsten Tag zu schmieden.

Selbstbestimmt durchs Leben zu gehen, aber auch nützlicher Teil der Gesellschaft zu sein, als Mitglied in Vereinen und aktiv am Gemeindegeschehen, war ihm wichtig. Dabei brachte er seine Erfahrung und sein handwerkliches Geschick mit. „Der Hans hat das schon gemacht“ war oft ein Spruch, den man von seinen Freunden hörte. Ohne große Worte erledigte er seine Arbeiten, um danach bei geselligem Zusammensein viel zu lachen und Spaß zu haben.

Umso schwerer war es für ihn, als er im Herbst 2019 eine rheumatische Gelenkentzündung bekam. Die dauernden Schmerzen zermürbten ihn sehr. Aber auch hier entschied er, nach einer guten medikamentösen Behandlung, bald wieder die Reduzierung dieser, um nicht abhängig davon zu sein. Leider erlitt er im Frühjahr 2020 einen Schlaganfall. Plötzlich war er auf andere Leute angewiesen. Die Verunsicherung, das Krankenhaus, zu der Zeit auch die

strengen Besuchsregeln durch Corona, setzten ihm sehr zu. Er, der immer alles selbst im Griff hatte, musste Hilfe annehmen. Dabei wollte er nie jemandem zur Last fallen. Selbst sein Leben leben, wie er es wollte, alles war plötzlich anders.

Immer bedacht, seine Familie nicht zu belasten, nahm er sein Leben nach der OP wieder in die Hand. Er fühlte sich geschwächt, aber am aufsteigenden Ast. Nach einem neuerlichen Rheumaschub bemerkte er mehr und mehr seine nachlassende Kraft und seine Müdigkeit. Wenn er sich stark genug fühlte, ging er wieder seinen Arbeiten nach. Arbeit, die sein Leben erfüllte.

Immer wieder betonte er uns gegenüber, dass er ein schönes Leben hatte und dass er es nicht um jeden Preis künstlich verlängern wollte. Er war zufrieden mit dem, was er hatte, er war zufrieden mit SEINEM Leben.

Aufgrund seiner immer mehr werdenden Müdigkeit ließ er sich im August ins Krankenhaus einweisen. Auch dort betonte er immer wieder seine Zufriedenheit mit seinem bisherigen Leben und nach einem zweiwöchigen Aufenthalt und einer Biopsie verließ er es auf eigenen Wunsch wieder. Seine Dankbarkeit, dass wir ihn bei dieser Entscheidung unterstützt und seinen Standpunkt auch in der Klinik klar gemacht haben, war groß. „NEIN“ SAGEN IST FREIHEIT!

Froh, daheim bei seiner Frau zu sein, umsorzt von seinen Kindern, fühlte er

*Je freier man atmet,  
desto mehr lebt man.*

*Theodor Fontane*



sich wohl. Ab diesem Zeitpunkt wurden wir von Maresi (Spitzname der DGKP im Mobilen Palliativteam Salzkammergut) begleitet. Sehr dankbar darüber, dass wir sie auch schon seit langer Zeit kannten, waren wir über ihre Hilfe und Unterstützung sehr froh. Die Gespräche und ihre Tipps, wie wir Papa am besten versorgen und begleiten können, halfen sehr. **WISSEN IST FREIHEIT!**

Nach der Diagnose Lymphdrüsenkrebs war für ihn klar, dass er keine Chemotherapie mehr wollte. Im gemeinsamen Familienrat wurde entschieden, seinen Wunsch zu erfüllen und keine weiteren Behandlungen mehr zuzulassen. Zufrieden mit der Entscheidung, aber auch mit der Konsequenz daraus, ließen wir den Dingen ihren Lauf. Vier Tage nach seiner Heimkehr war unser Papa nicht mehr ansprechbar. Davor war es jedem

seiner Kinder und Enkelkinder noch möglich, daheim von ihm Abschied zu nehmen.

Seine letzten Tage und Stunden versuchten wir ihm, mit Unterstützung der Palliativbegleitung, so angenehm wie möglich zu machen. Er lag im Wohnzimmer und bekam das rege Treiben, das er so liebte, in der angrenzenden Küche mit. Es waren immer die Mama und ständig eines oder mehrere von uns Kindern anwesend.

Wir wollen nichts beschönigen. Die Pflege, auch in der Nacht, die Nahrungsverweigerung zuzulassen, wie er sich immer weiter zurückzog, wurde uns aber durch die Hilfe und die Erklärungen von Maresi leichter gemacht. Wir haben das Glück, fünf Geschwister zu sein. So konnte jeder nach seinen Möglichkeiten und seinen Kraft- und Zeit-

reserven mithelfen und so auch unsere Mama gut unterstützen. Es hat etwas sehr Schönes, diese letzten Momente gemeinsam mitzuerleben, zu wissen, dass immer jemand da ist, der einspringt, wenn man selbst gerade nicht mehr kann, oder einem eine anstehende Aufgabe zu schwerfällt, aber auch, dass man immer jemanden vom Palliativteam erreichen kann, wenn man nicht mehr weiterweiß.

Es braucht Mut, sich auf das Sterben einzulassen. **MUT IST FREIHEIT!**

Mit dem Lied „Heast das net, wia de Zeit vergeht ...“, einer Wärmeflasche bei den Füßen, an den Händen gehalten, mit einem Kräuterduft in der Luft und in der Ruhe der Nacht, verabschiedete sich unser Papa drei Tage später so, wie er es sich immer gewünscht hatte. **LOSLASSEN IST FREIHEIT!**

*Cornelia Stanzel  
Mitglied der  
Friedensinitiative der Stadt  
Linz, des internationalen  
Versöhnungsbundes  
österreichischer Zweig und  
des Netzwerks für Friedens-  
und Konfliktforschung  
Österreich*



## Zwischen den Wäschekörben

Eine Ermutigung, sich für den Weg des Friedens zu entscheiden

*Heute Nachmittag habe ich meinem Mann eine Tasse Kaffee in sein „Home-office“ gebracht. Er hatte gerade eine PC-Arbeitspause eingelegt und war eifrig dabei, die Wäsche aufzuhängen. Er sah mich fragend an, und ich ahnte, diesmal meinte er nicht die drei Wäschekörbe neben ihm. Er deutete auf das Radio: Gesundheitskrise, Klimawandel, Flüchtlinge, Krieg, Arbeitslosigkeit, Verschwörungstheorien. So viele beklemmende, keineswegs friedvolle Nachrichten auf einmal.*

Vom Weltgeschehen ergriffen, sah ich meinen Mann an: Ich konnte mich jetzt entscheiden: Entweder verfallende ich in Gleichgültigkeit, erstarre und zucke mit den Schultern, oder ich werde aggressiv und zynisch, und sag „Die sind eh alle Trottel“, oder ich werde verrückt und verdränge es und sage: „Gibt’s eh alles nicht“. Ich atmete erst einmal tief durch und nickte ihm nachdenklich, dennoch zuversichtlich, zu. „Polykrise“ würde der Friedenswissenschaftler Werner Wintersteiner dazu sagen. Frieden und Freiheit sind keine Selbstverständlichkeit. Wir können Frieden lernen und wir haben die Freiheit, uns bewusst dafür zu entscheiden, friedvoll auf unserem Planeten Erde zu leben.

Ich blieb kurz bei meinem Mann und atmete noch einmal tief aus. Politik, Wissenschaft, Kunst, Zivilgesellschaft, Weltgemeinschaft – wir alle sind jetzt gefordert, unser aller Leben in Freiheit zu ermöglichen und zu bewahren. Ich sagte laut zu ihm: „Am einfachsten wäre es wahrscheinlich, wenn jeder seine Ver-

antwortung erkennt und übernimmt, für die Position, die er im Leben hat.“ – Mein Mann hat sich nicht ganz für die Zuversicht entschieden und grinste. Ich sah ihm anerkennend beim Wäsche aufhängen zu. Ja, ich wusste natürlich, so einfach ist das bekanntlich nicht. Jedoch sehe ich auch, nicht nur die Themen unserer Welt nehmen zu, auch das Engagement für den Frieden und das Wissen um die Bedeutung des gesellschaftlichen Zusammenhalts für jeden Einzelnen von uns wachsen.

Mein Mann trank neben dem befüllten Wäscheständer seinen Kaffee. Ich war augenblicklich so dankbar und glücklich über die friedvolle Situation in unserem Heim. Wir haben ein Dach über dem Kopf, wir mögen uns, trinken heißen Kaffee, frisches Wasser fließt aus der Leitung, ich habe jederzeit die Möglichkeit, einen Arzt zu erreichen, kann täglich mit dem Bus in die Arbeit fahren und unsere Kinder werden in der Schule gut ausgebildet. Luft nach oben gibt es natürlich immer.

Gedankenversunken ging ich zurück in die Küche und erinnerte mich: Die eigene Freiheit hört dort auf, wo die Grenzen des anderen beginnen. Anders gesagt: Freiheit ist dann, wenn ich all die Dinge machen kann, die ich will und diese den anderen nicht einschränken. Dieser Freiheitsgedanke ermöglicht Frieden, er gibt unserem Handeln eine Richtung mit Haltung. Hildegard Goss-Mayr, österreichische Friedenskämpferin, lehrte unentwegt: Es sind die Unrechtsituationen, gegen die wir kämpfen müssen, nicht die Menschen.

Selbstreflexion, Kommunikation und Kreativität unterstützen uns dabei.

Während im Radio wieder ein schwungvolles Lied erklang, dachte ich daran: Wir Menschen brauchen Mut! Wir brauchen Mut, unsere Probleme und Ängste anzugehen, im Kleinen wie im Großen. Konkrete Lösungen sind notwendig, dabei dürfen wir uns Fehler eingestehen. Zuversichtlich stimmt mich, dass wir Menschen grundsätzlich mit Mitgefühl ausgestattet sind. Ich vermute, die weltweiten Herausforderungen können nur dann bewältigt werden, wenn wir im Alltag lebendige und zufriedene Beziehungen und Freundschaften leben. Sind wir alle nicht immer wieder schwer damit beschäftigt, die Liebe und die gute Stimmung in unser Leben hereinzulassen? Übrigens: Für meinen Mann und mich war es nicht immer so leicht, mit unserer Wäsche klarzukommen.

Manchmal wachsen einem die Aufgaben über den Kopf, dann ist es sehr ratsam, sich Unterstützung zu holen. Neue Ideen bringen neuen Schwung in eingefahrene Situationen. Neue Blickwinkel und neue Gewohnheiten lassen Veränderung zu. Mich bestärkt die Mitarbeit in Friedensprojekten. Das gibt mir Kraft und Zuversicht, dabei erfahre ich selbst, dass es da noch viele andere gibt, die sich wohlwollend und weltweit für andere einsetzen. In diesem Moment rief mein Mann: „Du, was ist denn jetzt mit der Wäsche in den Wäschekörben?“ Ich atmete wieder tief durch. Ich weiß, Frieden fängt ganz bei uns zu Hause an, und wünschte mir, die Wäsche wäre



schon im Kasten. Ich brachte ihm eine zweite Tasse Kaffee mit, und begann, die Wäsche zusammenzulegen.

Frieden hat nichts mit Romantik zu tun, auch nicht mit Harmoniesucht. Es ist ein tiefes Bedürfnis des Menschen. Und echter Frieden bedeutet Engagement. Ich erinnerte mich auf einmal an eine Geschichte: Der russische Schriftsteller L. Tolstoi bekam von Thomas Edison einen der ersten Plattenspieler geschenkt. Damit nahm er in mehreren Sprachen Interviews auf, wobei er nach dem Sinn des Lebens gefragt wurde. Sinngemäß gab er zur Antwort: „Es ist womöglich die wichtigste Tat in meinem Leben, wenn ich einem kleinen weinenden Mädchen dabei helfe, ihre kaputt gegangene Puppe zu reparieren, um ihre Tränen zu trocknen.“ Ich mag diese Geschichte, denn sie drückt

die Haltung Tolstojs aus. Tolstoi war es auch, der M. K. Gandhi und M. L. King in ihrem Einsatz für den Frieden maßgeblich beeinflusste.

Ich faltete immer noch die Wäsche zusammen und dachte an meinen Lehrer Arthur Nausner (Impuls Strömen). Er erzählte vor kurzem von seiner Erfahrung als Sterbebegleiter: Am Ende des Lebens geht es darum, was ein gutes Leben ausmacht. Die Menschen blicken zufrieden auf ein gelungenes Leben zurück, wenn sie ihre eigenen Träume und Gefühle gelebt haben. Wirklich übrig bleiben am Ende die Liebe, die Freundschaften und die guten Beziehungen.

Endlich war ich fertig mit der Wäsche. Seitdem mein Mann und ich uns entschieden haben, dass er die Wäsche wäscht und aufhängt, und ich sie zu-

sammenlege und wegräume, kommen wir im Haushalt gut zurecht. Ich verweilte gedanklich noch beim erfüllten Leben, welches ich jedem Menschen von Herzen wünsche. Es bedeutet Freiheit, wenn sich das menschliche individuelle und kollektive Potential entwickeln können. Dafür braucht es nicht nur die innere Haltung, sondern es erfordert auch bedingungslos die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen der Demokratie und Menschenrechte sowie einen gesunden Planeten. Deshalb setze ich mich dafür ein. Alles was wir im Leben tun, hat eine Auswirkung. Es sind viele Geheimnisse, die sich verbergen, und ich habe gehört, es hört nie auf, immer wieder Neues zu entdecken. Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, das Allerbeste und immer frische Wäsche in Ihrem Kasten.



Schülerinnen und Schüler der Volksschule Seewalchen wurden zum Thema „Freiheit“ befragt.

Leider können wir nur einen Teil der Einsendungen, ausgesucht nach dem Zufallsprinzip, in der Zeitschrift abdrucken.

Vielen herzlichen Dank den Kindern und dem engagierten Lehrpersonal!

## Freiheit – aus Kindersicht

Ich fühle mich frei, wenn Ich am  
Kampingsplatz RAD fahre. Wenn  
Ich alleine einkaufen gehe. Wenn  
ich einfach mal rennen kann. Wenn  
wir an einem anderen Ort sind.  
von Henrik 9 Jahre alt



Ich fühle mich frei, wenn  
 Ich selber Entscheidungen treffen  
 darf. Wenn ich die Welt erkun-  
 den darf. Wenn ich frei kaulchen  
 kann. Wenn ich meine Gefühle frei  
 malen kann. Wenn ich stolz auf  
 andere sein kann. Wenn der Wind  
 durch mein Gesicht bläst.  
 Wenn ich frei kaufen kann.  
 Wenn ich meine leute lernen kann.  
 Wenn ich frei spielen kann.  
 Wenn ich frei leben kann.  
 Wenn ich frei springen kann  
 von Elena, 8 Jahre

Ich fühle mich frei, wenn ich tanze,  
mit meiner Schwester spielen, ich lache,  
wenn ich im Regen hüpfen anderen zu helfen  
Mit meinen Freundinnen ... spielen,  
ein Buch zu lesen, ich zu meinen Freunden  
darf, wenn ich mit meiner Familie spiele.  
von Marlene 8 Jahre



♥ Freiheit bedeutet für mich  
Sein gefühl zu zeigen.

Die Natur zu genießen.  
Ihre anderen Leute zu helfen.  
Herum Tanzen und herum Tollen.  
Zu Schwimmen zu gehen.  
Um die Welt wissen.

Das den anderen was befehlt und du das nicht machen  
Raus zu gehen und Fahrrad fahren



Freiheit bedeutet für mich.  
Wenn ich von meiner Oma den Bällen  
rennen lassen und wieder hoch  
klettern darf Rad fahren, aus  
schlafen, rennen in der Wiese, Mit  
meinen Papa tanzen, Pferde sehen  
Im Wald rennen Mit Freunden Fußball  
spielen



von Tanya 10 Jahre alt

♥♥♥  
Ich fühle mich frei wenn:  
mein Wunsch wahr wird, ich Klauen spüren  
wenn im Wald sein, ich meine Meinung  
frei sagen kann, ich tun kann,  
was ich will, ich bei Freunden  
bin, ich tauchen kann wie ein  
Fisch,  
ich in der Natur bin, ich laufen  
gehe



von Paula 9 Jahre

Ich fühle mich frei wenn ich auf einem Berg bin.  
 Ich fühle mich frei wenn ich am Sand stehe. Freiheit bedeutet für mich mit meinem Freund zu spielen. Freiheit bedeutet für mich frei herum zu laufen.  
 Ich fühle mich frei wenn ich in der Schule bin.  
 Ich fühle mich frei wenn ich in Polen bin. Ich fühle mich frei wenn ich in der Wiese liege.  
 Freiheit bedeutet für mich im Wald zu sein. Freiheit bedeutet für mich zu spielen.  
 Freiheit bedeutet für mich Fußball zu spielen.

9 Jahre von Maxi!

Ich fühle mich frei wenn ...  
 Ich in der Natur bin oder wenn  
 Ich mit meinem Fahrrad fahre.  
 Ich von einem 5 Turm in den See hüpfte  
 Ich mit meiner Familie die Welt erkunde.  
 Ich wieder jeden umarmen darf.  
 Ich weiß das es meiner Familie gut geht.  
 Ich mein Ziel erreicht was ich erreichen will  
 Ich zur Natur hinaus oder hinaus

von Pia, 9 Jahre



Sch fühle mich frei, wenn ich Tennis spiele, wenn ich schwimmen gehe, wenn ich mit Freunden spiele, wenn ich im Garten renne, wenn ich tanze, wenn ich Schaukle, wenn ich mit meiner Eltern und meiner Schwester kuschle,






von Jana, 9 Jahre

Meine  
 frei haben  
 im Wasser tauchen.  
 Frei meine Gefühle auf den

Liberté



von Elvira

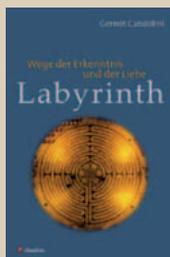
# Literaturtipps

**Gernot Candolini**

**Labyrinth – Wege der Erkenntnis und der Liebe**

160 Seiten, Claudius Verlag,

5. Auflage 2016, D 14,90 A 15,40



Gernot Candolini folgt den Spuren des Labyrinths, dem Aufbrechen und Loslassen, den Wendungen, die uns widerfahren, den Erkenntnissen in der

Mitte und dem Weg wieder nach außen. Dabei spürt er der tiefen Symbolik des Labyrinths nach, findet in der griechischen Mythologie und den großen Erzählungen der Bibel und nicht zuletzt in seinen eigenen Erfahrungen mit dem Labyrinth zu der faszinierenden Einsicht: Das Labyrinth ist eine Landkarte unserer Seele, das uns auffordert die beiden wichtigsten Wege des Lebens zu gehen: den zur Erkenntnis und den zur Liebe.

## Stimmen

„Wenn ich nach einem Muster für ein Buch über Spiritualität gefragt werde, nenne ich immer zuerst das Labyrinth-Buch. Darin vereint sind grundlegende Lebensweisheit, mystische Tiefe, Trost und Orientierung, religiöse Weite, faszinierende Entdeckungen und der Glaube an mündige, selbst denkende Leser. Da werden keine Dogmen aufgestellt und keine Lebensbeichten abgelegt, keine Tipps für gelingendes Leben gegeben, keine Weltformeln gesucht und keine Selbstzweifel gepredigt.“

In meiner Arbeit wende ich mich ständig neuen Buchprojekten zu; selten begleitet mich ein Buch auf Dauer. Dieses gehört dazu.“

*Dr. Dietrich Voorgang  
(Lektorat Claudius Verlag)*

In einer einzigen Nacht habe ich das Buch „Labyrinth, Wege der Erkennt-

nis und der Liebe“ gelesen, auf das ich durch eine Anzeige in Publikforum aufmerksam geworden war. Dieses Buch ist eine Fügung für mich – es begegnet mir in einer schwierigen Lebenssituation. Die Lektüre des Buches hat mir vieles wieder „zurückgegeben“, was ich vor lauter Reflektieren verloren hatte. Von einem Irrgarten, in den ich vor lauter Problemlösungsversuchen geraten war, bin ich wieder in ein Labyrinth eingebogen – und sofort spüre ich Zuversicht – und Dankbarkeit für die Umwege. All das hat mir schon einmal „gehört“ – ich hatte es nur verloren und bin nun reich beschenkt. Dafür Ihnen vielen Dank!

*Ursula Hoffmann, Kath. Akademie Trier*

„Dieses Buch spricht Situationen an, die unter die Haut gehen und seelische Aha-Erlebnisse bewirken. Er tut dies mit Worten und Beispielen, die einfach und klar verständlich sind. Ich dachte immer, ich kenne mich selbst sehr gut. Nach diesem Buch scheint es mir, als hätte ich ein Studium meines Ichs absolviert.“

*Wolfgang Holl*

„Für mich stellt dieses Werk eine moderne Wegweisung der Selbstfindung dar. Sie ist lebens-geschichtlich orientiert – das macht den persönlichen Charakter des Buches aus. Es ist ein Ariadefaden der Selbsterkenntnis. Jenseits der Methodik, sich modisch landauf landab mit dem Labyrinth zu befassen, spinnt Gernot Candolini seinen eigenen Erkenntnisfaden. Er lädt den Leser, die Leserin zu einem fortdauernden Dialog ein, sich auf diese Wegweisungen in der eigenen Lebensgeschichte einzulassen. Das geschieht klar, behutsam, urteilssicher und erkenntnisreich. Ich warte mit dem Verschenken dieses lesenswerten Buches die Geburtstage nicht ab, bereits zu Weihnachten werden die Freunde „dran glauben müssen.“

*Dr. Klaus Dirschauer*

## Freiheit

**Begründung und Entfaltung in Philosophie, Religion und Kultur**

Antes, Peter; Gloy, Karen;

Thurner, Martin

Gottingen: Vandenhoeck &

Ruprecht; 2017

ISBN: 9783525560266



Um die Freiheit ist in den Jahrhunderten viel gestritten und gekämpft worden. Was aber ist nun die Freiheit? Was assoziieren wir mit Freiheit? Sind wir tat-

sächlich frei und wie äußert sich diese Freiheit. Können wir immer frei handeln und entscheiden. Gibt es kausale Zusammenhänge oder sind Dinge naturgesetzlich vorherbestimmt. Das Wort Freiheit wird viel gebraucht und in ganz unterschiedlichen Kontexten geäußert.

Dieses Buch setzt sich nachdrücklich mit unterschiedlichen Freiheiten auseinander und beleuchtet verschiedene Aspekte. Ein Kapitel widmet sich der griechischen und römischen Antike und dem damaligen Verständnis von Freiheit. Ein weiteres spannendes Kapitel beleuchtet die Freiheitserfahrung als soziale Realität. Hier werden u.a. neurobiologische Wege zur Entscheidungsfindung angesprochen. Ein Abschnitt beschäftigt sich mit einem aktuellen Thema und geht der Frage nach, ob die Freiheit ebenso zum Tod gehört und setzt sich mit der Selbstbestimmung am Ende des Lebens auseinander.

Das Buch bietet eine gründliche Auseinandersetzung mit dem Freiheitsthema, auch wenn es nicht immer einfach zu lesen ist und Zeit für Reflexion benötigt. Es regt definitiv zum Denken und Nachdenken an.

Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

Braunau

## Zuwachs

Ich freue mich, seit Jänner 2021 wieder ein paar Stunden im Mobilem Hospizteam zu arbeiten. Da im November letzten Jahres mein zweites Kind zur Welt kam, war ich von Juli bis Dezember in „Babypause“.

Nun bin ich wieder mit vollem Elan dabei, denn gerade in dieser doch sehr herausfordernden Zeit ist es mir ein großes Anliegen, Menschen am Lebensende bestmöglich zu begleiten. Dazu werden immer helfende Hände benötigt. Ich freue mich auf die Herausforderungen und vor allem über Unterstützung im Team: Herzlich Willkommen Stephanie Adlhart!

*DGKP Kerstin Hartnagl*



Mein Name ist Stephanie Adlhart, ich bin 32 Jahre alt, verheiratet und Mutter eines bald 2-jährigen Sohnes. Nach meiner Diplomierung im Krankenhaus St. Josef Braunau 2011 startete ich meinen beruflichen Werdegang auf der internen Intensivstation. Die Begleitung und intensive Betreuung von Schwerstkranken und deren Angehörigen waren immer ein wesentlicher Teil meiner Arbeit und für mich ein zentrales Motiv, den

Pflegeberuf ausüben zu wollen. Ebenso halte ich eine offene und ehrliche Kommunikation – gerade am Lebensende – für ein Zeichen großer Wertschätzung.

2015 hatte ich die Möglichkeit, den Basislehrgang Palliative Care am Klinikum Wels-Grieskirchen zu absolvieren. Diese Zusatzausbildung und auch das Praktikum auf der Palliativstation haben meine Arbeit stark beeinflusst.

Seit 1. März bin ich Teil des Mobilem Hospizteams Braunau. Ich freue mich auf die neue berufliche Herausforderung und hoffe auf eine gute Zusammenarbeit.

*DGKP Stephanie Adlhart*

Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

Linz, Linz-Land, Urfahr-Umgebung

## Herausforderungen meistern

Das vergangene Jahr war für uns alle eine Herausforderung, die viel Flexibilität und Kreativität erforderte. Unser Hospizteamleiter Mag. (FH) Thomas Gabauer hat sich der „neuen“ Form von Unterricht via Internet während seines Palliativlehrganges gestellt und schreibt zurzeit an seiner Abschlussarbeit.

Ein ganz herzliches Dankeschön gilt unseren ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen, die in dieser „anderen“ Zeit ihr Engagement aufrechterhalten, sich den Gegebenheiten stets flexibel anpassen und verantwortungsbewusst handeln, wie folgende Beispiele zeigen.

Gespräche im Rahmen einer Trauerbegleitung finden beispielsweise bei einem Spaziergang statt um die Corona-Schutzmaßnahmen einzuhalten. Darüber hinaus können der Kreislauf der Natur beobachtet und manche Themen beim Gehen leichter angesprochen werden.

Ein Patient erzählte beim Erstgespräch, dass er sein Leben lang Hunde gehalten und mit viel Liebe versorgt hat. Dies ist durch seinen Gesundheitszustand jetzt nicht mehr möglich, der Kontakt zu Hunden wurde jedoch als Herzenswunsch wahrgenommen. Dieses Anliegen wurde einem ehrenamtlichen Mitarbeiter mit einer betagten Schäferhündin erzählt, der sich sofort bereit erklärte, die Begleitung zu übernehmen. Dies zeigt mir, wie man allen Beteiligten eine wunderschöne Begegnung ermöglicht und damit den Patient\*innen in der letzten Lebensphase Freude, Qualität und Wertschätzung schenkt.

Es liegt an uns, die momentanen Herausforderungen mit Kreativität und Flexibilität zu meistern, sowie situationsbedingt Lösungen zu finden. Auf diese Weise bleibt auch die Freude an unserem Tun erhalten.

*Mag.<sup>a</sup> (FH) Heidemarie Kuntner*



Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

Linz, Linz-Land, Urfahr-Umgebung,  
Rohrbach

## „Sinn-volle“ Lebensqualität

Die Begleitung von Palliativpatient\*innen und deren Zugehörigen ist geprägt durch Beratung in pflegerischen Belangen und geht Hand in Hand mit medizinischem und komplementärem Fachwissen.

Im Rahmen meiner Tätigkeit als Mobile Palliativpflegerin schloss ich die Weiterbildung „Komplementäre Pflege nach § 64 des GuKG“ im Ausmaß von 124 Stunden inklusive Praktikumstage ab. Aufgrund der Einschränkungen bedingt durch die Corona-Pandemie fand diese auch teilweise via Bildschirm statt. Glücklicherweise konnte ich knapp die Hälfte der Module noch „mit allen Sinnen“ erfahren.

Neben den ätherischen Ölen und deren vielfältigen Wirkspektren wurden auch Heilkräuter in Form von Tees, Mazeraten, Ölkompresen und Tinkturen besprochen und deren Einsatzmöglichkeiten erlernt. Ich erstellte eine Zusammenfassung von verschiedenen Produkten für häufig auftretende Symptome sowie einen Leitfaden für deren Anwendungen, um mein erlangtes Wissen an meine Kolleg\*innen im Palliativ- und Hospizteam weiterzugeben. Wir beraten Patient\*innen und pflegende Zugehörige über ergänzende Möglichkeiten – neben den medizinischen Therapien – welche stets dankbar angenommen und angewendet werden. Wir können in unseren Alltag Düfte und Kompresen integrieren und weiters zur Psychohygiene, die alle Sinne anspricht, auch für unser eigenes Wohlbefinden nutzen.

Diese umfassende Weiterbildung machte mir bewusst, dass es einfache, gut wirksame Möglichkeiten der Prophylaxe und Symptomlinderung für alle Lebenslagen gibt.

*DGKP Karin Zimmerbauer*



Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

Rohrbach

## Abschied eines Fährmannes



Wie hilfreich gerade in diesen herausfordernden Zeiten ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen sind, wurde bei der Begleitung und der Verabschiedung des Fährmannes der Donaufähre Obermühl deutlich sichtbar. Es konnte der oftmals während der Hospizbetreuung geäußerte Wunsch des Patienten erfüllt werden und eine Urnenverabschiedung an der Arbeitsstätte bei der Donau stattfinden. Nicole Leitenmüller, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Hospizteam Rohrbach, gestaltete mit Familie und Freunden eine würdevolle und persönliche Abschiedszeremonie im Sinne des Verstorbenen.

*DGKP Christine Matschi*

## Veränderungen

Frau Anneliese Amerstorfer hat mit Anfang dieses Jahres eine neue berufliche Herausforderung angenommen. Wir bedanken uns herzlich für ihre engagierte Arbeit im Sekretariat. Neu in unserem Team dürfen wir Frau Notburga Gruber begrüßen.

Liebe Burgi, wir heißen dich herzlich willkommen und wünschen dir viel Freude bei deinen neuen beruflichen Aufgaben.

*DGKP Margit Niederleitner*



Mein Name ist Notburga Gruber und ich bin seit Februar 2021 beim Mobilem Hospiz- und Palliativteam in Rohrbach im Sekretariat tätig. Ich lebe in St. Martin im Mühlkreis, habe vier erwachsene Söhne und seit fast einem Jahr bereichert eine Enkeltochter mein Leben. Zuletzt habe ich als Bürokräft überwiegend mit Zahlen gearbeitet, nun freue ich mich in meinem Arbeitsumfeld mehr mit Menschen zu tun zu haben. Ich bedanke mich für die herzliche Aufnahme und fühle mich im Team sehr wohl und schon gut integriert.

Mobiles Hospiz  
Palliative Care

Caritas

Steyr, Steyr-Land, Kirchdorf

## Verstärkung im Hospizteam

Wir freuen uns sehr, dass Eva Karrer-Wöckl unser Team seit November 2020 als Ehrenamtliche Mitarbeiterin unterstützt. In dieser herausfordernden Zeit ist es besonders wichtig, dass es Menschen gibt, die sich für die Begleitung von schwerstkranken Menschen und ihren Angehörigen entscheiden.

*DGKP Rosemarie Koller*



Mein Name ist Eva Karrer-Wöckl. Nachdem ich jahrelang ausschließlich für meine Familie da war, hatte ich das Gefühl, dass eine Neuorientierung ansteht. Meine drei Kinder wurden immer selbstständiger und meine persönliche Entwicklung rückte für mich in den Vordergrund.

Bei meiner früheren Tätigkeit als Diplomkrankenschwester und im persönlichen Umfeld hatte ich immer wieder Erfahrungen mit dem Thema Trauer gemacht. Deshalb entschloss ich mich, den Grundkurs für Lebens- Sterbe und Trauerbegleitung in Wels zu absolvieren. Das oberste Ziel für meine Arbeit beim Mobilem Hospizteam Steyr ist, „DA zu sein“ und die größte Bestätigung wäre für mich die Aussage der Menschen, die ich besuche: „Schön, dass du da bist“.

Hospizarbeit ist für mich sinnvoll und bereichert mein Leben.

## Neues im Palliativteam

Durch den Personalausbau im Jahr 2020 sind wir jetzt in der Lage, für unsere Patient\*innen einen Bereitschaftsdienst für 24 Stunden an sieben Tagen anbieten zu können. Es ist für das gesamte Team eine große Erleichterung, dass wir hiermit unser lang ersehntes Ziel in der mobilen Palliativbetreuung erreicht haben.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei DGKP Romana Posch, die nach sieben Jahren ihre Tätigkeit bei uns beendet hat, für

ihre wertvolle Arbeit und wünschen ihr alles Gute für ihre neue Aufgabe im Pflegeheim Grünburg.

Wir freuen uns, dass wir seit 1. März DGKP Manuela Steger als neue Kollegin begrüßen dürfen und wünschen ihr viel Freude bei ihrer neuen beruflichen Herausforderung.

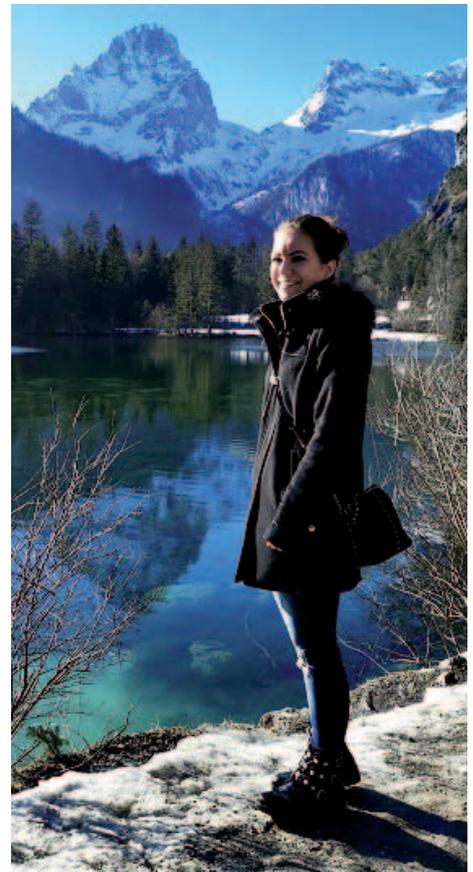
*DGKP Rosemarie Roier*

Mein Name ist Manuela Steger, ich bin 28 Jahre alt und Mama von Zwillingen. Wohnhaft bin ich in Haidershofen, wo ich mit meiner Familie die Ruhe an der schönen Enns genieße.

Meine Ausbildung zur Diplomkrankenschwester durfte ich am Pyhrn-Eisenwurzen-Klinikum absolvieren, und dort wertvolle Erfahrungen sammeln. Bei meiner beruflichen Tätigkeit

auf verschiedenen Akutstationen war es mir immer ein großes Anliegen, die Würde der Patient\*innen zu wahren und sie in solchen herausfordernden Lebenssituationen stets als MENSCHEN zu sehen.

Als mein Großvater seinen letzten Lebensweg auf der Palliativstation gehen und ich ihn in den letzten Wochen begleiten durfte, wurde mir bewusst, wie wichtig diese Momente sind und wie besonders die Arbeit mit Palliativpatient\*innen ist. Sich Zeit nehmen zu können und „Leben“ bis zum Schluss zu ermöglichen. Dies war der Moment, in dem mir klar wurde, dass ich genau das machen und einen neuen Weg gehen möchte. Daher freue ich mich auf die Herausforderungen im Mobilem Palliativteam.



Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

## Erwachsenenbildung

# Bildungsimpulse

### Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

Schwerkranke und sterbende Menschen sowie deren Angehörige zu begleiten ist eine verantwortungsvolle Aufgabe und erfordert eine entsprechende Vorbereitung, eine menschliche und fachliche Qualifizierung.

Termine: 21. 10. 21 – 25. 2. 22 in 5 Modulen

Der Grundkurs wird entsprechend der jeweils geltenden Corona-Schutzbestimmungen in Präsenz und/oder Online stattfinden.

Bei Interesse bitten wir Sie aus organisatorischen Gründen sich ehest möglich mit uns in Verbindung zu setzen.

### Informationsangebot

Gerne senden wir Ihnen die detaillierte Ausschreibung zu, bitte kontaktieren Sie uns unter:

Mobiles Hospiz Palliative Care, Erwachsenenbildung Hospiz  
0732 / 7610 / 7914, bildungsreferat.hospiz@caritas-linz.at  
<https://www.caritas-linz.at/raw/hilfe-angebote/hospiz/hospiz-bildungsangebote/>

### Förderungsmöglichkeit

im Rahmen des Allgemeinen und Speziellen  
Bildungskontos. Nähere Informationen unter:  
0732 / 7720 / 14900,

[www.land.oberoesterreich.gv.at](http://www.land.oberoesterreich.gv.at),

Mail: [bildungskonto@ooe.gv.at](mailto:bildungskonto@ooe.gv.at)



# Weiterentwicklung und Wachstum

In der aktuellen Situation freuen wir uns, vom KinderPalliativ-Netzwerk Positives berichten zu können. Am 1. Juni wird heuer erstmals der „Österreichische Kinderhospiz- und Palliativtag“ begangen. Dieser Tag soll künftig auf die Situation der von uns betreuten Kinder und ihrer Familien aufmerksam machen. Auch in unserem Team gibt es positive Entwicklungen. Ich wünsche den beiden neuen Kolleg\*innen viele bereichernde und berührende Begegnungen und heiße sie herzlich willkommen.

*Mag.<sup>a</sup> Ulrike Pribil MSc  
GF KinderPalliativNetzwerk*



Mein Name ist Daniel Draeger und seit meinem Diplom 2017 bin ich auf einer neonatologischen Intensivstation tätig, wo ich schon viele Familien ein Stück auf ihrem Weg begleiten durfte. Seit Dezember 2020 arbeite ich als Diplompfleger für Kinder- und Jugendlichenpflege auch im KinderPalliativ-Netzwerk OÖ. Hier möchte ich

betroffenen Familien gemeinsame Zeit, fachliche und pflegerische Unterstützung sowie eine empathische und wertschätzende Begleitung in ihrem Zuhause geben.



Mein Name ist Hannelore John, ich bin 48 Jahre alt und lebe mit meiner Familie im Salzkammergut. Nach meinem Diplom 1993 habe ich lange Zeit in der Hauskrankenpflege gearbeitet, die letzten Jahre davon in der mobilen Kinderkrankenpflege. In dieser Zeit absolvierte ich auch die Sonderausbildung für Kinder- und Jugendlichenpflege.

Für mich ist die Betreuung im häuslichen Bereich eine sehr schöne und erfüllende Aufgabe. Ich freue mich daher sehr, dass ich im Kinderpalliativteam Kindern und ihren Familien eine notwendige Unterstützung sein darf.



Hospizbewegung Bad Ischl –  
Inneres Salzkammergut

## Vorbereitung auf 20 Jahre Hospizverein

### Vorbereitung auf 20 Jahre Hospizverein – Bad Ischl/ Inneres Salzkammergut und „neue Medien life“

Klein aber oho und als südlichster Verein in Oberösterreich ist die Hospizbewegung im Inneren Salzkammergut seit 20 Jahren Ansprechpartner, Gemeinschaft und Begleiter für Menschen in Trauer und Sterben. Dabei hat sich in den letzten Jahren viel getan und entwickelt. Die Zeit nach den Einschränkungen sollte ein neues Sprungbrett für den Verein darstellen im Zeichen von gemeinsamem Wachsen und Entwickeln.

Fix ist: das Jubiläumsjahr wird nicht still vorbeigehen. Veranstaltungen im Zeichen von „klein aber oho“ sollen immer wieder deutlich machen: 20 Jahre Hospizbewegung in Bad Ischl und den umliegenden Gemeinden haben Menschen und Zeit geprägt. Doch vor allem soll klar sein: Mit Mut, Zuversicht und an Pfachtl (Umgangssprachlich: Geschick) für die Menschen in schwierigen Zeiten von Trauer und Sterben da zu sein. Als Team und Einzelpersonen.

Um mehr Streiflichter sind wir bemüht. Besonders online möchten wir gerne den Weballtag mit unseren Geschichten, Ideen und manch nettem Text bereichern. Wiedermal hineinschauen lohnt sich ... auch betreffend unseres Jubiläumsjahres 20 Jahre Hospizverein – Bad Ischl/Inneres Salzkammergut.



## Kraftquellen

### Eine Bucketliste und Pippi Langstrumpf als KRAFTQUELLEN in Zeiten von Corona



Der Spielfilm „Das Beste kommt zum Schluss“ handelt von den Abenteuern zweier ungleicher Freunde, die sich in der Krebsabteilung eines

Krankenhauses kennen lernen. Jeder von ihnen hat nur noch 6 Monate zu leben. So beschließen sie eine Liste mit den Dingen aufzuschreiben, die sie noch unbedingt tun und erreichen möchten, bevor „sie den Löffel abgeben“ (to kick the bucket = den Löffel abgeben).

Auch Frau D. (81 Jahre) und ich haben uns für unsere gemeinsame Zeit der Trauerbegleitung eine „geistige Liste“ angelegt mit Dingen, die wir erleben möchten. Diese Liste ist bereits zu einer nährenden KRAFTQUELLE geworden, da es für jedes Treffen etwas gibt, worauf wir uns freuen, was uns inspiriert, und immer wieder ein „Bisschen Himmel“ in das fordernde Leben nach dem Verlust eines geliebten Menschen und der intensiven Zeit mit „Herrn Corona“ bringt.

#### D. & L.'s Bucketliste

- gemeinsam die Sonne ins Gesicht scheinen lassen
- beim Spazieren gehen einen neuen Kraftplatz entdecken/erspüren
- gegenseitig und sich selbst Komplimente machen
- sich gegenseitig etwas vorlesen ...

Mir persönlich gibt in der Begleitung von Menschen in Zeiten von Corona besonders Pippi Langstrumpf, die jeder von uns aus der Kindheit kennt und liebt, Kraft und Orientierung. Wenn heilsame Berührungen in Grenzzeiten des Lebens (Verlust, Krankheit) wegfallen und das Tragen von Schutzmasken nach wie vor eine irritierende Distanz verursacht, kann sich Pippis „Macht euch die Welt (auch mit Corona!), wie sie euch gefällt!“ als notwendig erweisen. Selbstverantwortung für unser Glück zu übernehmen und alles Erdenkliche für unsere Zufriedenheit beizutragen.

*Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin*



## Neu im Team – Willkommen!



Mein Name ist Martin Janda und ich besuche seit Jahren die Fachvorträge, die der Hospizverein Inneres Ennstal veranstaltet. Mit jedem neuen Thema ist mein Interesse an der Hospizarbeit gewachsen und mein Wunsch, hier mitzuarbeiten, immer konkreter geworden.

Ich hatte jedoch auch großen Respekt vor dieser verantwortungsvollen Aufgabe.

Aber quasi zu meinem 50. Geburtstag habe ich mich bereit gefühlt, dem Hospizverband beizutreten. Ich habe hier großartige Menschen kennengelernt, die aus unterschiedlichen Lebens- und Berufsbereichen kommen und sich hier zu einer gemeinsamen Herzensaufgabe zusammengefunden haben. Besonders schätze ich den wertschätzenden Umgang miteinander und die Herzlichkeit und den Humor der „Hospizis“. Ja, im Hospizverband wird auch oft gescherzt und gelacht!

Meine Ausbildung zum Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleiter habe ich beim Mobilien Hospiz der Österreichischen Buddhistischen Gesellschaft absolviert. Auch wenn ich mit Buddhismus nichts am Hut habe, so habe ich es doch spannend gefunden, mehr über den Zugang anderer Religionen zum Tod zu erfahren.

Beruflich arbeite ich einerseits als Lehrer und andererseits als Psychotherapeut – in meiner Praxis in Waidhofen/Ybbs und in einer Einrichtung für kognitiv beeinträchtigte Menschen. Davor war ich viele Jahre in der Entwicklungszusammenarbeit und der Katastrophenhilfe tätig.

Für meine Arbeit im Hospizverband wünsche ich mir, dass sich die Menschen, die ich begleite, auf ihrem letzten Weg gut und emphatisch begleitet fühlen und ich den Angehörigen eine Stütze in ihrer Trauer sein kann.





## Es freut uns, zwei neue Kolleg\*innen vorzustellen

### Neue Koordinatorin für das Ehrenamtliche Team



Ich heiße Marianne Seiringer und bin seit Jänner 2021 als Koordinatorin des EA-Teams in der Hospizbewegung Bezirk Vöcklabruck. 1993 absolvierte ich in Salzburg die Ausbildung zur diplomierten Kinderkrankenpflegerin und im Anschluss die Ausbildung zur allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflegerin. 25 Jahre arbeitete ich

an verschiedenen Stellen der Onkologie des Hauses.

Als mein Vater 2006 onkologisch erkrankte, erlebte ich auch die „andere Seite“ der Betreuung. Durch die persönliche Be-

troffenheit war es mir oft schlecht möglich, fachlich/sachlich „drüber zu schauen“. Trotzdem war es eine Zeit, die mich meinem Vater sehr nahe brachte und wir uns ganz neu kennenlernen konnten.

Als mein Vater im Februar 2008 verstarb, war die Aufbauarbeit der Palliativstation am LKH Salzburg schon fast abgeschlossen. Als Stationspflegerin leitete ich diese Einheit bis zu meinem Wechsel nach Oberösterreich im Dezember 2020. Mit der Erfahrung, selber betroffene Angehörige zu sein, habe ich meinen Fokus auch immer bei den An- und Zugehörigen. Sie erleben ab Diagnosestellung ebenso alle Höhen und Tiefen. Ihnen gebührt Achtsamkeit und „das mit reinnehmen“ in die Betreuung, um den letzten Weg für Schwerstkranke und Sterbende mittragen zu können.

### Neu im Team: Mag. (FH) Birgit Hermanutz



Birgit Hermanutz hat selbst erfahren, wie „wertvoll und bereichernd Palliativ- und Hospizarbeit sind“, als ihre Schwiegermutter schwer erkrankte: „Die Möglichkeit zu Hause versterben zu können, begleitet von Menschen, die keine Berührungsängste vorm Sterben haben, machte mich neugierig und zuversichtlich

gleichermaßen. So erlebte ich die letzten Tage meiner Schwiegermutter zu Hause im vertrauten Umfeld als Geschenk für die gesamte Familie.

Als selbständige PR-Beraterin für Soziale Organisationen ist der begeisterten Naturliebhaberin aus Attersee vieles aus sozialen Grenzbereichen nicht fremd. Ehrenamtlich engagiert sich die zweifache Mutter im Pfarrgemeinderat in Attersee und hilft beim Verein „Spuren im Leben“ mit. Seit 4. Jänner 2021 ist Birgit mit 15 Stunden als „Assistentin der Geschäftsleitung“ bei uns im Verein tätig.

*Wir freuen uns sehr über ihre Mitarbeit und wünschen den beiden alles Gute für ihre Tätigkeit in unserem Verein!*





## „Letzte-Hilfe-Kurs“ mit Dr. Martin Prein



Dr. Martin Prein (2. v. l.) mit Workshop-Teilnehmern

In der Pfarre St. Franziskus in Wels fand im April für zwanzig Hospizmitarbeiter\*innen ein Workshop mit Dr. Martin Prein statt. Die Covid-19-Maßnahmen wurden streng eingehalten, jeder Workshop-Teilnehmer musste einen negativen Antigen-Test vorweisen.

Martin Prein, Rauchfangkehrer, LKW-Fahrer, Sanitäter beim Roten Kreuz, Pfleger und Bestatter, ist heute Psychologe. Mit jeder Menge Witz, schwarzem Humor und Tiefgang nahm er uns anhand zahlreicher humorvoller Beispiele aus dem Alltag mit auf eine Reise der Verbote, Bedrohungen und irrationalen Ängste, die von einem Leichnam ausgehen. In seinem „Letzte-Hilfe-Kurs – weil der Tod ein Thema ist“ gab es brauchbare Hilfestellungen für künftige Begegnungen mit dem Tod. Es war ein sehr lehrreicher Tag für alle Teilnehmer.

### Personelles

Sollten in den kommenden Monaten wieder Veranstaltungen möglich sein, sind Daniela Feregyhazy-Astecker und Cornelia Schuster für die Umsetzung des Covid-19-Präventionskonzeptes verantwortlich. Beide haben sich in einem Online-Webinar zu Covid-19-Beauftragten schulen lassen. Es wurde über die Erkrankung, die Rechtslage und das Erstellen eines Präventionskonzeptes gelehrt.

Elfriede Lindner-Samhaber hat ihre Tätigkeit als ehrenamtliche Mitarbeiterin beendet – wir wünschen ihr für die Zukunft alles Gute und sagen danke.

## Weiterbildung

### Weiterbildung als Schlüssel für eine zukunftsorientierte Entwicklung

Daniela Feregyhazy-Astecker weiß, dass der Schlüssel für eine gute und zukunftsorientierte Entwicklung in ständiger Aus- und Weiterbildung liegt. Aus aktuellem Anlass werden viele Weiterbildungen derzeit nur online angeboten. Auch das mobile Palliativteam musste ins Internet ausweichen, um am Seminar „Rechtsrahmen bei Nahrungs- und Flüssigkeitsverzicht“ teilzunehmen. „Die Angst vor einem verlängerten, leidvollen Sterbeprozess kann dazu führen, dass Patienten bewusst auf Nahrung und Flüssigkeit verzichten, um ihren Sterbeprozess zu beschleunigen“, weiß Karin Waldenberger aus ihrer Tätigkeit als Palliative Care Fachkraft. „Gerade, weil wir für ein Recht auf Selbstbestimmung am Lebensende eintreten, ist es für uns sehr wichtig, gut informiert zu sein und über den rechtlichen Rahmen bei sensiblen Themen Bescheid zu wissen.“



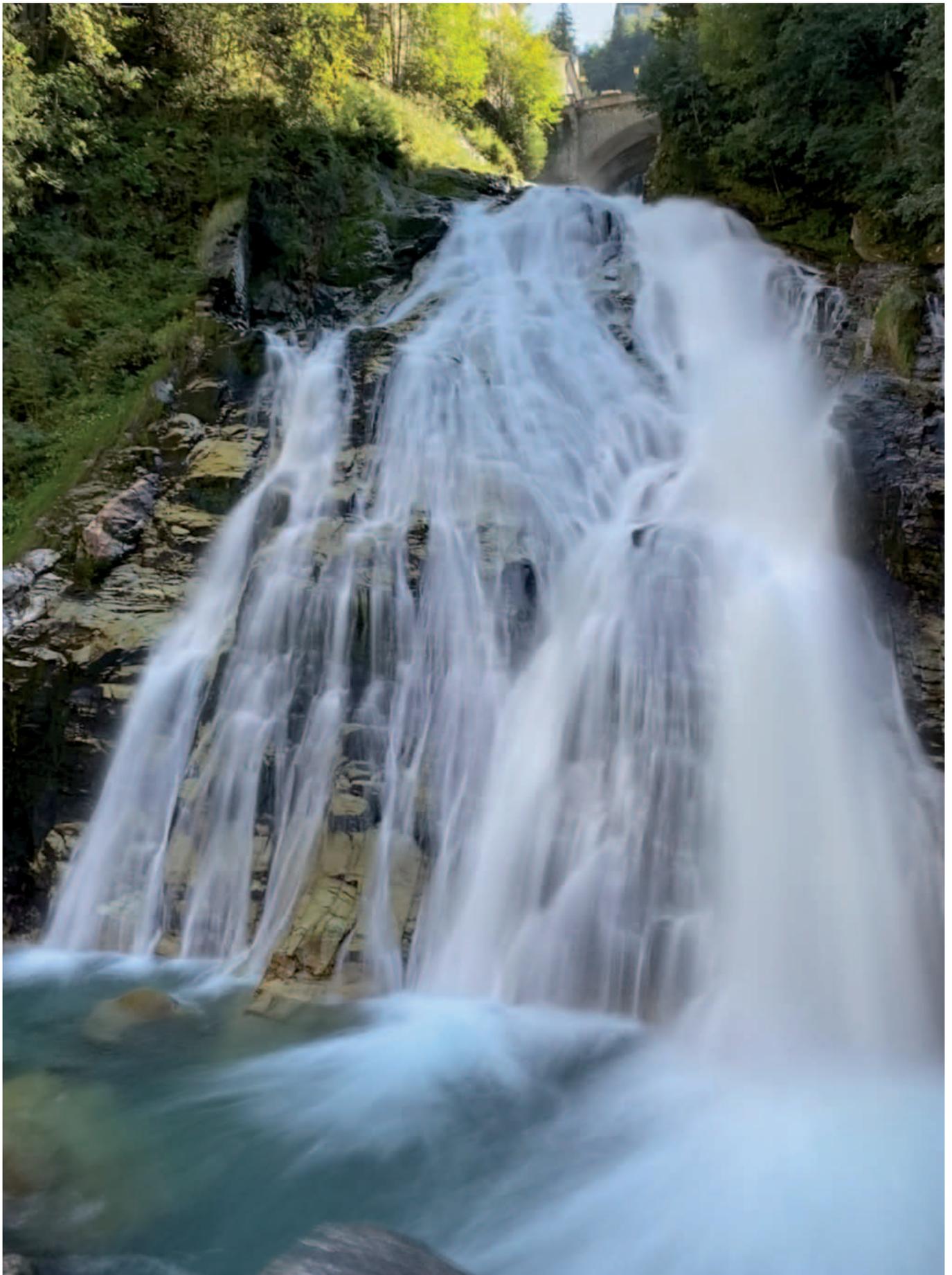
Daniela Feregyhazy-Astecker mit Gerald Geihsseder und Karin Waldenberger

### Datenschutzfortbildung

Wie wichtig im Gesundheitsbereich der Datenschutz ist, weiß unsere kaufmännische Leitung Andrea Peterwagner nur zu gut. Bei der Datenschutzfortbildung konnte sie ihr bisheriges Wissen über den sorgfältigen Umgang mit Daten vertiefen.

### Personelles

Wir wünschen DGKP Brigitte Aumair und DGKP Pia Hasenauer für die Zukunft alles Gute und bedanken uns für die gute Zusammenarbeit. Mit Ende April 2021 verlassen beide das mobile Palliativteam und schlagen neue Lebenswege ein.





Braunau

## Willkommen im Team



Mein Name ist Brigitta Bartosch und ich bin seit kurzem wieder in Pension. Meine bisherige Berufslaufbahn war bunt, vielfältig und umfasste die langjährige Leitung pädagogischer Einrichtungen, den Aufbau eines Begegnungszentrums, Tätigkeiten als Trainerin, Mediatorin und Arbeitsassistentin für psychisch Kranke und psychosozial Benachteiligte.

Die Fülle an Erfahrungen im Umgang mit Menschen, unabhängig vom Alter, Geschlecht, der Nationalität und aus ganz unterschiedlichen Lebenswelten, möchte ich bei meiner ehrenamtlichen Tätigkeit beim Roten Kreuz in Braunau einbringen. Daher habe ich 2020 die Ausbildung als Hospizbegleiterin abgeschlossen. Denn das Leben vom Ende aus zu betrachten, verändert den Blick auf das, was wirklich wichtig ist in unserem Leben.

Was bleibt von uns da? Worauf wollen wir zurückblicken? Was nehmen wir in unserem Herzen mit?

Haben wir unsere echten, innigsten Träume und Wünsche gelebt? Sind wir für unsere Ideen losgelaufen?

Was würden wir verändern, bereuen, wenn wir wüssten, dass morgen unser letzter Tag wäre?

Wir können so viel über uns selbst lernen, wenn wir Menschen in der letzten Phase ihres Lebens einfühlsam begleiten und wir können Sterbenskranke und ihren Angehörigen den Abschied, das „Loslassen“, vielleicht ein bisschen leichter machen.

*Leben ohne Freiheit ist wie ein  
Körper ohne Seele.*

*Khalil Gibran*



Eferding

## Kochen für Trauernde

### „Wieder Geschmack am Leben finden“

Der Verlust eines nahen Angehörigen oder eines geliebten Menschen löst viele verschiedene und sehr starke Gefühle aus, die wir so bisher nicht kannten. Der Trauernde kann nicht fassen, was geschehen ist und fühlt sich wie erstarrt.

Mit dem Tod eines geliebten Menschen gehen oft auch wichtige Rituale verloren und damit auch das Interesse, gut für sich selbst zu sorgen. Vielen fehlt die Kraft, die Motivation und die Lust am Kochen und Essen.

Gemeinsam kochen und miteinander essen steht bei diesem Treffen im Mittelpunkt. Zusammen mit anderen Menschen, denen ein ähnliches Schicksal widerfahren ist, zu kochen, der Seele und auch dem Körper etwas Gutes tun, das möchten die geschulten Trauerbegleiter\*innen des Roten Kreuzes Eferding anbieten. Durch das gemeinsame Kochen haben Trauernde die Gelegenheit zum Erzählen, zum Zuhören, oder auch einfach einmal zum Abschalten. Das Erzählen in einer Gruppe von Menschen, die die Erfahrung des Verlustes teilen, ist für viele eine wichtige Erfahrung und kann eine große Hilfe sein, neuen Lebensmut zu schöpfen. Wir möchten Trauernde motivieren, sich selbst wieder mehr Beachtung und Zuwendung zu schenken.

Was gekocht wird, steht noch nicht fest. „Wir kochen einfache Speisen, die auch für Nicht-Köche geeignet sind“ sagt Eferdings Hospizkoordinatorin Andrea Katzlberger. Die Zutaten für die Speisen werden vom Rot-Kreuz-Markt zur Verfügung gestellt.

*Auskunft und Anmeldung bei:*

*Andrea Katzlberger, Hospizkoordinatorin  
0664/823 43 76*

*Andrea.katzlberger@o.rotekruz.at*



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES  
ROTES KREUZ  
OBERÖSTERREICH

## Grieskirchen

# Trauertelefon

Der Bezirk Grieskirchen bietet seit dem heurigen Jahr **statt Lebenscafe nun Trauertelefon.**

Auf Grund der aktuellen Situation findet momentan das Lebenscafe des Mobilen Hospiz Grieskirchen nicht statt. Für diejenigen aber, die um eine nahestehende verstorbene Person trauern, ist es in diesen Zeiten noch schwieriger geworden, Zuwendung, Trost und Nähe in ihrem Schmerz zu erhalten.

Wenn wir uns in diesen Tagen von einem lieben Menschen verabschieden müssen, dann ist nichts mehr, wie es einmal war. Es fehlt so vieles. Wir vermissen unsere Verstorbenen.

Wir vermissen aber auch: das Zusammensitzen, so viele Umarmungen und das Austauschen von gemeinsamen Erinnerungen.

Wenn Menschen mit dem Verlust eines Freundes oder Angehörigen alleine nicht zurechtkommen, kann es helfen, mit anderen darüber zu sprechen.

Das geht auch am Telefon.



Das Mobile Hospiz Grieskirchen möchte für Trauernde auch in dieser besonderen Zeit ein offenes Ohr haben und bietet anstelle des Lebenscafes nun ein „Trauertelefon“ an. Trauernde, für die diese Möglichkeit in Frage kommt, können

sich unter der unten angeführten Telefonnummer oder auch per e-mail an DGKP Claudia Scheuringer-Beham, Hospizkoordinatorin des Mobilen Hospiz Grieskirchen, wenden. Ausgebildete Trauerbegleiterinnen stehen betroffenen Menschen zur Seite und hören zu.

*Kontakt:*

*DGKP Claudia Scheuringer - Beham +43 0664/8234289*

*Hospizkoordinatorin*

*E: [claudia.scheuringer-beham@o.ropoteskreuz.at](mailto:claudia.scheuringer-beham@o.ropoteskreuz.at)*



Kirchdorf

## Kreatives Handeln gefragt

In diesen schwierigen Zeiten bei veränderten Arbeitsbedingungen ist kreatives Handeln gefragt.

**Wir schauen zurück, schauen nach vorne und leben jetzt.**

Nach diesem Motto gestalteten wir in der letzten Zeit unser Tun im Team und für unsere Klient\*innen. Kleine Dinge gewinnen an Bedeutung, weil Großes nicht möglich ist.



Anstelle der Weihnachtsfeier erfreute uns Koordinatorin Sabine Greimel mit einem Weihnachtssackerl voller Kleinigkeiten für Körper, Geist und Seele. Dazu gab es eine nette Anleitung und eine Weihnachtsgeschichte.



Dass wir uns lange nicht im Team treffen konnten, schmerzte. Um uns aufzumuntern schickte immer wieder eine von uns eine nette Botschaft via Handy. Wir freuten uns sehr, als wir im Jänner einige Kolleginnen beim geteilten (wir treffen uns in 2 Gruppen) Monatstreffen wiedersa-

hen. Der Zusammenhalt in der Gruppe ist nicht verloren gegangen!

Für unsere Klient\*innen waren wir immer da. Trauernde, Kranke und Sterbende leiden jetzt besonders unter Kontaktarmut.

Wir versuchten stets, wenigstens telefonisch in Verbindung zu bleiben. Weil wir unsere Trauercafés nicht durchführen durften, sendeten wir persönliche Briefe an die Gäste.

Wann wir unsere geplanten Aktivitäten durchführen können, wissen wir nicht. Wir freuen uns aber sehr darauf!

Am 14. Oktober wird unser Herbstvortrag im Schloss Neupernstein mit Dr. Loewit: „Zwischen Würde und Geschäft“ nachgeholt, wir hoffen er kann 2021 stattfinden, auf diesen freuen wir uns schon sehr.

### *Gedankensplitter*

*wir schauen zurück  
und schauen nach vorne  
und leben jetzt*

*wir planen  
sagen ab, verschieben  
planen neu*

*wir waren da  
sind für unsere Klienten da  
und daran wird sich nichts ändern*

*so ist unsere derzeitige Situation und  
wir sind unendlich dankbar, helfen zu  
dürfen  
helfen zu können  
und motiviert zu bleiben*

Aus Liebe zum Menschen.



## Perg

## Trauerbegleitung

Die Hauptaufgabe unserer sechzehn ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen besteht darin, schwerkranken Menschen und ihren Angehörigen in Würde, bei bestmöglicher Lebensqualität und Selbstbestimmung, mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Gemeinsam wird versucht, Linderung bei vielen Symptomen, die einen Palliativpatienten belasten, zu erzielen. Dort, wo Behandlung nicht mehr heilungsorientiert erfolgt, werden Gespräche und Zuhören besonders wichtig. Besonderen Wert legt das Mobile Hospizteam auch auf die Begleitung der Angehörigen, die mit vielen Ängsten konfrontiert sind und in der Betreuung ihrer Lieben oft an ihre Grenzen stoßen.

Aber auch für die Zeit danach bieten wir Unterstützung an. Mit unserer Trauerbegleitung möchten wir Ihnen die Möglichkeit anbieten,

- zu trauern
- zu weinen
- zu lachen
- zu erzählen
- Abschied zu nehmen
- Loslassen lernen
- Menschen in ähnlichen Situationen kennen zu lernen
- sich mit diesen auszutauschen
- zu erkennen, dass Ängste, Sorgen und Lasten leichter zu ertragen sind, wenn man sie mit jemandem teilt.

Wir können Ihnen die Trauer nicht ganz nehmen, aber wir können versuchen, Ihnen dabei zu helfen, mit der Trauer umgehen zu lernen. Unsere ausgebildeten Trauerbegleiter\*innen hören Ihnen zu und sind für Sie da. Durch Gespräche und den Austausch mit anderen Betroffenen hoffen wir, Ihren Weg der Trauer etwas leichter machen zu können.

Termine und weitere Informationen für die einzelnen Angebote bekommen Sie gerne unter 07262/54444 28

Aus Liebe zum Menschen.



## Ried

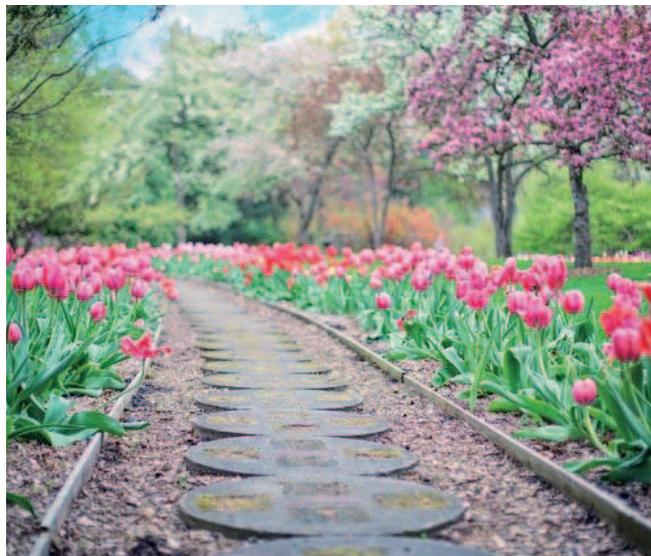
## Aktuelles

Auf Grund der besonderen Form vieler Begräbnisse sehen wir im Moment, wie wichtig unsere Trauerbegleitungen und auch die Trauertreffs sind.

Der Treffpunkt für Trauernde findet jeden 1. Mittwoch im Monat im Pfarrzentrum Riedberg von 18.00 bis 20.00 Uhr statt.

Zwei neue Mitarbeiterinnen starten mit 16. April die Grundausbildung für freiwillige Mitarbeiter im Hospiz.

Wir freuen uns schon auf tatkräftige Unterstützung der beiden und wünschen ihnen viel Erfolg und Freude bei der Ausbildung.



*Auch der weiteste Weg  
beginnt  
mit einem kleinen Schritt*



## Schärding

# Ein herzliches Grüß Gott aus Schärding

Die letzten Monate waren für die Hospizteams eine große Herausforderung. Nur wenige Begleitungen waren erlaubt und die aktive Arbeit mit den ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen fiel oft den Corona bedingten Regelungen zum Opfer. Daher freut es mich umso mehr, über zwei Neuigkeiten aus dem Bezirk Schärding berichten zu dürfen.



Zum Ersten möchte ich mich selber vorstellen. Mein Name ist Andrea Hartinger, ich lebe mit meiner Familie in Ort im Innkreis und darf seit 1. März 2021 das Mobile Hospizteam Schärding als Koordinatorin unterstützen.

Die Arbeit mit den freiwilligen Mitarbeiter\*innen im Hospiz hat für mich eine sehr große Bedeutung. Darum freut es mich sehr, dass immer mehr Ehrenamtliche ihre Freizeit in den Mittelpunkt der Betreuung schwerkranker Menschen stellen. Die Begleitung dieser Klient\*innen ist, genauso wie die Betreuung der Angehörigen, eine herausfordernde und verantwortungsvolle Aufgabe. Die entsprechende menschliche und fachliche Qualifikation dazu wird auch heuer wieder im Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung an Teilnehmer\*innen vermittelt. Für die diesjährige Fortbildung konnten wir vier Interessierte aus dem Bezirk Schärding gewinnen. Wir wünschen den neuen Teammitgliedern viele schöne, lehrreiche und bereichernde Stunden in und während der Ausbildung. *DGKP Andrea Hartinger*



## Palliativstation

# Praxisanleitung auf der Palliativstation

Wir Praxisanleiterinnen begleiten das Jahr hindurch sämtliche PraktikantInneneinsätze auf unserer Palliativstation: bisher die Auszubildenden der GuKPS, die PraktikantInnen der Palliative Care-Ausbildungen, und seit kurzem die Pflege-Student\*innen.

Unsere Handlungsphilosophie wird in einem „Werte-Diamanten“ abgebildet, den das gesamte Team entwickelt hat und der die uns wichtigen Werte widerspiegelt.

Das Zentrum bildet „Raum und Zeit geben“. Dies gilt für unser Team, unsere Patienten\*innen und deren Angehörige, sowie für unsere Auszubildenden.

Das Ziel einer geglückten Praxisanleitung ist der bestmögliche Transfer von bisher erlerntem Wissen in die Praxis. Auf einer Palliativstation sehen sich Lernende vielfach mit neuen, herausfordernden Situationen konfrontiert. Im Fokus unserer Arbeit steht das Erlernen eines individuellen Arbeitsablaufes und dem bedachten Einsetzen der Ressource Zeit. Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod und der Endlichkeit des Lebens stellt keine Alltagsroutine dar. Unser Ziel als Praxisanleiterinnen auf der Palliativstation ist es, neben der spezifischen fachlichen Komponente, den Auszubildenden/Studierenden und Praktikanten ein Werkzeug mitzugeben, um die Haltung und Einstellung im Sinne einer Palliative Care-Philosophie zu fördern. Dadurch können Möglichkeiten gegeben werden, sich mit Erfahrungen und Emotionen mit unheilbar Kranken und Sterbenden, beziehungsweise mit Tod und Trauer, auseinander zu setzen, sowie den Umgang mit trauernden Angehörigen kennen zu lernen. Dabei hoffen wir, all unseren Praktikant\*innen Überforderung, Hilflosigkeit und Ängste zu nehmen, um die große emotionale Herausforderung bewältigen zu können. Unser diesbezügliches Handwerkszeug ist neben fachlicher Kompetenz auch unsere Menschlichkeit.

*DGKP<sup>n</sup> Andrea Renner, DGKP<sup>n</sup> Andrea Salzner,  
DGKP<sup>n</sup> Kerstin Wagner  
palliativstation@kepleruniklinikum.at*



Palliativstation St. Louise

## Aktuelles

2020 hat uns als Palliativteam Covid stark in Anspruch genommen: Wir haben im Konsildienst, als DGKP auf Covid-Stationen, in der Versorgung von Covid-Patient\*innen an der Palliativstation selbst, leider auch durch die Erkrankung vieler Teammitglieder, einen herausfordernden Herbst und Winter bewältigt.

Außerdem haben uns 2020 personelle Veränderungen beschäftigt:

Dr. Renate Klebel ist nach langjähriger Arbeit an der Abteilung mit 31.8. in Pension gegangen. Sie hatte mit viel Engagement die Arbeit auf der Station zu ihrer Aufgabe gemacht und wird uns auch menschlich sehr fehlen – obwohl wir ihr den verdienten Ruhestand natürlich gönnen.



Am 1.9. haben Dr. Gabriela Harrasser-Exler und Dr. David Fuchs bei uns begonnen.

Gabi war seit 2005 im Haus an der Onkologie tätig und hat bereits dort palliative ambulante Beratungen aufgebaut. Wir freuen uns, dass sie uns nun an der Palliativstation ergänzt!

David hat vom KUK zu uns gewechselt. Der verheiratete Vater von zwei Kindern wird sich hier ganz auf Palliative Care und unsere Schnittstelle zur Onkologie konzentrieren. 2022 wird er Johann Zoidl nach dessen Pensionierung als Abteilungsleiter nachfolgen.

Unsere Psychotherapeutin Andrea Freudenthaler bildet sich 2021 ganzjährig fort – wir sind froh, dass Mag. Katharina Matthes von der klinischen Psychologie ihre Aufgaben wunderbar übernommen hat.



Palliativstation Pyhrn-Eisenwurzen

## COVID 19-20-21

Wie alle denken auch wir uns, dass langsam, aber sicher ein Ende in Sicht notwendig wäre. Oder besser, wir wünschen es uns.

Seit mehr als einem Jahr hat uns die Pandemie fest im Griff. Und wenn wir uns im Vergleich zum Rest des Krankenhauses auf der Palliativstation auch ein wenig auf einer Insel der Seligen wähen, in der Realität bestimmt sie auch unseren Alltag: wir testen uns und die uns anvertrauten Patientinnen und Patienten, teilweise auch deren Besuch. Unser Sozialleben leidet, kein gemeinsames Frühstück mehr, keine gemeinsamen Wandertage und Unternehmungen. Kolleg\*innen aus der Pflege mit Erfahrung in der Intensivpflege werden in die Intensivbereiche des Klinikums abgezogen, andere helfen auf den Isolierstationen. Wir betreuen zusätzlich die Inquisitionstation, eine emotionale und logistische Herausforderung im Alltag. Im ärztlichen Bereich unterstützen wir mit Ressourcen in der zentralen Notaufnahme, beim Impfen von Personal und Hochrisikopatient\*innen – und im Krisenstab bzw. der Einsatzleitung des Klinikums. Kein Patient auf der Station ist im vergangenen Jahr plötzlich positiv geworden. Glücklicherweise fallen nur einzelne Kolleg\*innen, selbst von COVID-19 betroffen oder in Quarantäne, aus. Wir sind dankbar, dass von unserem Team keiner persönlich schwer durch die Krankheit betroffen ist. Wir haben wunderbare neue Mitarbeiter\*innen begrüßt und alte mit Tränen im Auge in die Pension verabschiedet.

Viele Eindrücke, viele Veränderungen. Aber was uns gelungen ist, worauf wir wirklich stolz sein dürfen – wir haben es geschafft, die besondere Atmosphäre bei uns aufrecht zu halten, als Ort der Ruhe und Obsorge für die uns Anvertrauten in diesen stürmischen Zeiten zu dienen. Palliative Care so zu leben, wie wir es uns vorstellen. Und als Team aufeinander zu schauen. Es ist wunderbar, euch alle im Team zu haben.

*Anna und Alex*



**SPARKASSE**  
Oberösterreich

Erntedankfestverband Hospiz Oberösterreich  
Herrenstraße 12, 4020 Linz

IBAN|EmpfängerIn

AT88 2032 0324 0203 1474

BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank

**EUR**

Betrag

|Cent

KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name und Anschrift

Verwendungszweck

IBAN|KontoinhaberIn/AuftraggeberIn

ZAHLUNGSANWEISUNG  
AUFTRAGSBESTÄTIGUNG

AT **SPARKASSE**  
Oberösterreich

Erntedankfestverband Hospiz Oberösterreich  
Herrenstraße 12, 4020 Linz

IBAN|EmpfängerIn

AT88 2032 0324 0203 1474

BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank

**EUR**

Betrag

|Cent

Mur zum maschinellen Bedrucken der Zahlungsreferenz

Prüfziffer

Verwendungszweck wird bei ausgefüllter Zahlungsreferenz nicht an EmpfängerIn weitergeleitet

IBAN|KontoinhaberIn/AuftraggeberIn

KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name/Firma

+

006

+

30+

Beleg +

Unterschrift Zeichnungsberechtigter

ZAHLUNGSANWEISUNG



# Adressen der Mitglieder des Landesverbandes Hospiz OÖ

## Mobile Hospizteams Caritas OÖ

**Linz, Linz-Land,  
Urfahr-Umgebung**  
Leondinger Str. 16, 4020 Linz  
☎ 0676 87 76 24 85  
✉ hospiz@caritas-linz.at

**5280 Braunau**  
Ringstraße 60  
☎ 0676 87 76 24 98  
✉ hospiz.braunau@caritas-linz.at

**4150 Rohrbach**  
Gerberweg 6  
☎ 0676 87 76 79 21  
✉ hospiz.rohrbach@caritas-linz.at

**4400 Steyr**  
Leopold-Werndl-Straße 11  
☎ 0676 87 76 24 95  
✉ hospiz.steyr@caritas-linz.at

## Mobile Palliativteams Caritas OÖ

Linz, Linz-Land,  
Urfahr-Umgebung, Rohrbach  
Leondinger Str. 16, 4020 Linz  
☎ 0676 87 76 24 73  
✉ hospiz@caritas-linz.at

Stützpunkt Rohrbach  
Gerberweg 6, 4150 Rohrbach  
☎ 0676 87 76 79 21  
✉ hospiz.rohrbach@caritas-linz.at

Steyr, Steyr-Land, Kirchdorf  
Leopold-Werndl-Str. 11, 4400 Steyr  
☎ 0676 87 76 24 92  
✉ hospiz.steyr@caritas-linz.at

KinderPalliativNetzwerk  
Leondinger Str. 16, 4020 Linz  
☎ 0676 87 76 24 86  
✉ ulrike.pribil@caritas-linz.at

## Mobiles Hospiz Oberösterreichisches Rotes Kreuz

**5280 Braunau**  
Jubiläumstraße 8  
☎ 07722 62 2 64-14  
✉ br-office@o.rokeskreuz.at

**4070 Eferding**  
Vor dem Linzer Tor 10  
☎ 07272 2400-23  
✉ ef-office@o.rokeskreuz.at

**4710 Grieskirchen**  
Manglburg 18  
☎ 07248 62 243-44  
✉ gr-office@o.rokeskreuz.at

**4560 Kirchdorf**  
Krankenhausstraße 11  
☎ 07582 63 5 81-25  
✉ ki-office@o.rokeskreuz.at

**4320 Perg**  
Dirnbergerstraße 15  
☎ 07262 54 4 44-28  
☎ 0664 534 67 69  
✉ pe-office@o.rokeskreuz.at

**4910 Ried i. L.**  
Hohenzellerstraße 3  
☎ 07752 81844-231  
☎ 0664 858 34 44  
✉ rl-hospiz@o.rokeskreuz.at

**4780 Schärding**  
Othmar-Spanlang-Straße 2  
☎ 07712 21 31-107  
✉ sd-office@o.rokeskreuz.at

**4400 Steyr**  
Redtenbachergasse 5  
☎ 07252 53 9 91  
✉ sr-office@o.rokeskreuz.at

## Mobiles Palliativteam Innviertel

☎ 0664 8583442  
✉ in-palc@o.rokeskreuz.at

## Mobiles Palliativteam Unteres Mühlviertel

☎ Freistadt 0664 82 15 660  
☎ ÖRK Perg: 07262 54 444-28

## Hospizbewegung Bad Ischl / Inneres Salzkammergut

Sozialzentrum, Bahnhofstr. 14  
4820 Bad Ischl  
☎ 0699 10 81 16 61  
✉ hospizischl@aon.at

## Hospizbewegung Freistadt

Hauptplatz 2, 4240 Freistadt  
☎ 0664 821 56 60 oder 61  
✉ einsatz@hospizfreistadt.at

## Hospizbewegung Gmunden

Franz Josef Pl. 12, 4810 Gmunden  
☎ 07612 73 3 46  
☎ 0664 514 5471  
✉ hospiz-gmunden@gmail.com

## Hospizbewegung Vöcklabruck

Brucknerstr. 27, 4840 Vöcklabruck  
☎ 07672 25 0 38  
☎ 0676 60 71 314  
✉ office@hospiz-voecklabruck.at

## Palliativteam Salzkammergut

Brucknerstraße 27, 4840 Vöcklabruck  
☎ 0676 670 7 975  
✉ palliativteam@hospiz-voecklabruck.at

## Hospizbewegung Wels Stadt / Land

Rainerstraße 15, 4600 Wels  
☎ 07242 20 69 68  
✉ office@hospiz-wels.at

**Mobile Palliative Care  
Wels.Grieskirchen.Eferding**

Rainerstraße 15, 4600 Wels  
☎ 07242 20 69 68  
✉ office@hospiz-wels.at

**Hospizbewegung  
Inneres Ennstal**

Bahnpromenade 251  
3335 Weyer  
☎ 0680 24 68 549  
✉ hospiz.inneres.ennstal@chello.at

**Palliativstation  
KH St. Josef, Braunau**

Ringstraße 60, 5280 Braunau  
☎ 07722 804-5079  
✉ helmut.ziereis@khbr.at

**Palliativstation  
KUK Med Campus III**

Krankenhausstr. 9, 4020 Linz  
☎ 05 76 80 83-4160  
✉ palliativstation@kepleruniklinikum.at

**Palliativstation  
St. Louise**

Ordensklinikum BHS Linz  
Seilerstätte 4, 4010 Linz  
☎ 0732 76 77-71 10  
✉ palliativ.linz@ordensklinikum.at

**Palliative Care am  
Ordensklinikum Linz  
Elisabethinen**

Fadingerstraße 1, 4010 Linz  
☎ 0732 76 76-3420  
✉ palliative-care@ordensklinikum.at

**Palliativteam  
Barmherzige Brüder**

Seilerstätte 2, 4021 Linz  
☎ 0732 78 97-26 64  
✉ palliativ@bblinz.at

**Palliativstation  
St. Vinzenz**

KH Barmherzige Schwestern  
Schloßberg 1, 4910 Ried i. I.  
☎ 07752 602-16 50  
✉ palliativ.ried@bhs.at

**Palliativstation  
LKH Rohrbach**

Krankenhausstr. 1, 4150 Rohrbach  
☎ 05 055477-22150  
✉ palliativ.ro@oöeg.at

**Palliativstation  
Pyhrn-Eisenwurzen Steyr**

Sierninger Str. 170, 4400 Steyr  
☎ 05 055 466-28 7 32  
✉ palliativAKO.sr@oöeg.at

**Palliativstation  
SK Vöcklabruck**

Dr. Wilhelm Bock-Str. 1,  
4840 Vöcklabruck  
☎ 050 55 471-28 7 30  
✉ christina.grebe@oöeg.at

**Palliativstation  
Klinikum Wels**

Grieskirchnerstr. 42, 4600 Wels  
☎ 07242 415-66 21  
✉ gudrun.piringer@klinikum-wegr.at

**St. Barbara Hospiz**

Fadingerstraße 1, 4020 Linz  
☎ 0732/7676 5770  
✉ info@barbara-hospiz.at

