

# Lebenswert

Die oberösterreichische Hospiz- und Palliativzeitung



*Ich bin bei dir*

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



Die letzten Monate haben uns allen viel abverlangt, im Privaten wie im Beruflichen. Wir erleben einen Wandel unseres alltäglichen Lebens und werden auf uns selbst zurückgeworfen. Wir entrümpeln unsere Dinge und überdenken unsere Werte. Somit berührt diese Pandemie unsere Grundfesten.

Umso wichtiger ist es, unsere hospizlichen Grundfesten zu bewahren und zu bestärken und sie auch tagtäglich im Umgang mit den Menschen zu leben. Es ist gerade jetzt wichtig, mitmenschlich zu handeln, sich um die Kranken und Sterbenden und ihre Familien zu kümmern und sich für sie einzusetzen. Jemanden in einer schwierigen Situation nicht alleine zu lassen, bekommt in Zeiten der sozialen Isolation eine neue Bedeutung und Dimension und ist eine besondere Qualität. Das soll das Motto dieser Ausgabe „Ich bin bei dir“ unterstreichen.

Ich erlebe unsere Palliativarbeit unter erschwerten Bedingungen als persönliche Bereicherung und jedes Gespräch wirkt noch intensiver als sonst. So denke ich oft an Peter Fässler-Weibel, der uns die Maxime „in jeder Störung liegt eine Ressource“ mit auf den Weg gegeben hat. Unter diesem Gesichtspunkt lässt es sich aushalten.

Ihnen wünsche ich ein gutes Durchhaltevermögen und viele gute Begegnungen.

Mit bestem Dank für Ihr Tun,

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

## Inhalt

### Thema

5 Ich bin bei dir

### Pflege

7 Was bleibt?

9 Meine Arbeit – ein Geschenk

### Medizin

11 Ich bin bei dir – wie kann es gelingen?

### Patient\*innen

13 „da ist ein Panzer von mir abgefallen ...“

### Ehrenamtliche

14 20 Jahre Kaprun – eine Erinnerung

16 Ein halbes Königreich würde ich verschenken

### Angehörige

18 Ich bin bei dir

20 Wenn gemeinsame Zeit zu etwas ganz  
Besonderem wird

### Weitere Sichtweisen

22 „Ich bin bei dir“ –  
eine spirituelle Sicht aus islamischer Perspektive

24 Mein virtuelles Beileid

### Aktuelles & Nützliches

3 Neues vom Landesverband

26 Literaturtipps

28 Neues aus den Regionen

46 Kontakte Hospiz & Palliative Care OÖ

## Kontakt

Landesverband Hospiz OÖ  
Büroleitung: Wolfgang Wöger & Andrea Peterwagner  
Pfalzgasse 2, 4055 Pucking  
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: [lvhospizoee@gmx.at](mailto:lvhospizoee@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!

## Porträt Angelika Schwarz



Das aktuelle Thema des Heftes „Ich bin bei dir“ möchte ich gerne durch ein Material begleiten – Holz, das die Menschen schon von Urzeiten an begleitet und „bei uns ist“.

Es hat unterschiedliche Qualitäten, hart, weich, biegsam, spröde, feucht und trocken, ... es wärmt als Feuer und kühlt als Schatten.

Wir finden es in unterschiedlichen Formen. Holz altert und verändert sich. Der gefällte Baum wird zum Material, er schenkt sich uns, so ist Holz eine Verbindung vom Tod zum Leben. Lassen Sie sich ein auf die Vielfalt des Holzes ...

*Angelika Schwarz*

## Dank & Impressum

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

Für den Inhalt verantwortlich:

Dr.<sup>in</sup> Christina Grebe

Pfälzgasse 2, 4055 Pucking

Redaktionsteam: Anneliese Amerstor-

fer, 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 Landesverbandes 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!



# Ich bin bei dir



*Peter Haidinger  
10 Jahre ehrenamtlicher  
Krankenhausseelsorger auf  
der Palliativstation im  
Klinikum Wels-Grieskirchen*

*Als ehrenamtlicher Krankenhausseelsorger habe ich gleich nach meiner Ausbildung auf Anraten bzw. Drängen meines Mentors hin, dem Leiter der Krankenhausseelsorge am Klinikum, Herrn Diakon Herbert Mitterlehner, auf der Palliativstation begonnen. Ich war mir am Anfang sehr unsicher, ob ich dieser großen Aufgabe gewachsen bin. Herbert hat mich sehr ermutigt, diesen Dienst an den unheilbar kranken und sterbenden Menschen zu übernehmen. Ein Satz ist mir noch in sehr guter Erinnerung geblieben: „Du kannst keine Fehler machen, außer in ein Krankenzimmer nicht hineinzugehen. Sei einfach mit deinem Sein, so wie du bist, bei den Patienten und Angehörigen.“ Diese Worte waren mir eine große Hilfe und haben mir meine anfänglichen Zweifel genommen.*

Anhand von einigen Begegnungen mit kranken Menschen und ihren Angehörigen möchte ich aufzeigen, was für mich Seelsorge bedeutet hat und auch heute noch bedeutet. Einfach bei dem Menschen zu sein – „Ich bin bei dir“

## Ich bin bei dir

Herr K. war fast 6 Wochen als Patient auf der Palliativstation. Er war an Lungenkrebs erkrankt, hatte bereits sehr viel an Gewicht verloren und konnte nicht mehr aufstehen. Aufgrund seiner starken Atemprobleme wurde er mit Sauerstoff versorgt. Seine Frau war in dieser Zeit Tag und Nacht bei ihm und strickte Socken, insgesamt 24 Stück, für uns Mitarbeiter der Palliativstation.

Gleich bei meinem ersten Besuch entwickelte sich ein sehr gutes und langes

Gespräch und ich erfuhr, dass sie sich in Kroatien ein Haus gekauft hatten und dieses gerade renovieren. Sie zeigten mir Fotos von ihrem Lebenstraum – sie wollten nach der Pensionierung von Herrn K. in ihr Haus nach Kroatien ziehen.

Nach meinem ersten Besuch bat er mich, ihn wieder zu besuchen. Jedes Mal, wenn ich auf der Station war, ging ich auch in das Zimmer von Herrn K. Es waren immer sehr intensive Gespräche über alles, was ihn bewegte. So redeten wir über viele Dinge und Fragen des Lebens. Er sprach auch über seinen Glauben, seine Spiritualität und seine unheilbare Krankheit.

Als ich ihn einmal fragte, ob er Angst vor dem Sterben habe, sagte er: „Vor dem Sterben habe ich keine Angst, aber dass ich starke Schmerzen habe oder dass ich ersticke, davor habe ich Angst. Ich möchte aber noch länger leben, damit ich meinen Lebenstraum in Kroatien vollenden kann. Sie sind so ein fröhlicher und positiver Mensch und die Gespräche mit Ihnen geben mir sehr viel Hoffnung. Es tut mir so gut, wenn Sie bei mir zu Besuch sind.“ Das erste Mal sah ich ein Lächeln in seinem Gesicht. Ich nahm meine Clownnase, die ich immer bei mir hatte, aus meiner Tasche und setzte sie auf meine Nase. Herr K. und auch seine Frau begannen so herzlich zu lachen, dass sie Tränen in den Augen hatten. Herr K. fragte mich, ob er die Nase auch aufsetzen könnte. Ich holte noch zwei Nasen und setzte diese den beiden auf. Frau K. und ich stellten uns rechts und links neben das

Bett und wir machten ein Foto von uns. Ich druckte das Foto aus und gab es ihnen. Sie befestigten das Bild an der Pinnwand, wo bereits die Kroatienfotos hingen. Als ich mich verabschiedete, bedankte sich Herr K. bei mir und sagte: „Sie tun mir so gut, ich habe schon lange nicht mehr so gelacht.“

Herr K. verstarb einige Tage später. Seine Frau sagte mir, er sei sehr friedlich eingeschlafen.

## Ich bin bei dir

Als ich Herrn Ö. das erste Mal auf der Palliativstation besuchte, war er sehr kurz angebunden und meinte nur, es sei noch nicht so weit, dass er einen Pfarrer bräuchte. Ich erklärte ihm, dass ich kein Priester, sondern ein ehrenamtlicher Seelsorger auf dieser Station sei. Er meinte nur, er werde sich melden, wenn er jemanden bräuchte. Wir wechselten noch einige Worte und dann verabschiedete ich mich von ihm.

Herr Ö. war zu diesem Zeitpunkt noch mobil und ging täglich mehrmals auf die Terrasse oder in den Garten eine Zigarette rauchen. Dadurch begegneten wir uns des Öfteren am Gang, grüßten uns und wechselten einige belanglose Worte. Einmal fragte ich ihn, ob ich in den Garten mitkommen könnte und er meinte kurz angebunden: „Ja, aber glauben Sie nicht, dass Sie mich ausquetschen können.“ Weiters erklärte er mir noch, dass er hier niemand hineinsehen lasse und klopfte sich dabei mit der Faust auf die Brust. Zuerst gingen wir eine Weile im Garten spazieren und setzten uns dann auf eine Bank. Ich fragte ihn, woher er komme und ob er

denn keine Verwandten habe, da ihn nie jemand besuchte. Da erzählte er mir seine ganze Geschichte:

Herr Ö. erzählte, dass er vor 8 Jahren von Ostdeutschland nach Südtirol gezogen sei, um Arbeit zu finden. Da er keine Arbeit fand, übersiedelte er zuerst nach Innsbruck und später nach Wels, wo er nun seit 5 Jahren wohnt und arbeitet. Vor einem halben Jahr erhielt er die Diagnose Lungenkrebs und wurde mit einer Chemotherapie behandelt. Da aber der Lungenkrebs sehr schnell vorangeschritten ist, wurde die Therapie abgebrochen und Herr Ö. auf die Palliativstation verlegt. Während des Gespräches, das beinahe 2 Stunden dauerte, ging es auch um das Thema Schmerzen. Als ich ihn fragte, ob er Schmerzen habe, meinte er, dass die körperlichen Schmerzen zu ertragen wären und es dagegen ja ausreichend Medikamente gäbe, die er hier auf der Palliativstation bekommt. Nach einigen Minuten des Schweigens sagte er zu mir: „Ich hatte vor meiner Krankheit viele Freunde, mit denen ich oft im Wirtshaus saß und Bier getrunken habe. Von denen hat mich noch keiner besucht oder angerufen, seit ich so schwer erkrankt bin. Besucht hat mich nur meine Wohnungsnachbarin, die sich, seit ich im Krankenhaus bin, um meine Wohnung umschaute. Wissen Sie, das ist der eigentliche Schmerz, gegen den es keine Tabletten oder sonstigen Medikamente gibt.“ Zwei Wochen nach diesem Gespräch ist Herr Ö. auf der Palliativstation verstorben.

### Ich bin bei dir

Herr D. war ein erfolgreicher Geschäftsführer eines großen IT-Unternehmens, den ich aus meiner früheren beruflichen Tätigkeit kannte, da wir des Öfteren zusammengearbeitet hatten. Außerdem hatten wir auch Kontakt durch eine private Tarockrunde. Er war ein sehr selbstbewusster und zielstrebigere Manager, der noch nie die Kontrolle über sich verloren hatte.

Mein erster Patientenbesuch auf der Station führte mich in das erste Zim-

mer, ohne zu wissen, auf wen ich hier treffen würde. Als ich ihn begrüßen wollte, sagte er: „Was machst denn du hier?“ Es war unser erstes Zusammentreffen nach unserer beider Pensionierung. Ich teilte ihm mit, dass ich als ehrenamtlicher Seelsorger Teil des Teams der Palliativstation sei. „Bist du jetzt Pfarrer geworden?“, war seine erste Reaktion und wir mussten beide lachen. Es war übrigens das einzige Lachen, das ihm bei unseren Begegnungen über die Lippen kam.

Bei all unseren Treffen sprachen wir meistens nur über unsere gemeinsame Vergangenheit. Wenn ich ihn zu seiner unheilbaren Krankheit, zu seinem seelischen Befinden bzw. spirituelle Fragen stellte, blockte er sofort ab und wurde schweigsam. Aus dem einst so eloquenten Manager war, durch die unheilbare Krankheit, ein verbissener und mürrischer Mann geworden.

Bei jedem meiner Besuche ersuchte er mich, ihm eine Spritze zu besorgen und ihm auf das Nachtkästchen zu legen, damit er seinem unwürdigen Leben ein Ende setzen könne. Obwohl ich ihm immer wieder erklärte, dass dies aus rechtlichen Gründen und auch aufgrund meiner religiösen Überzeugung unmöglich sei, wollte er dies nicht wahrhaben. Ich teilte ihm auch immer mit, dass durch die palliative Versorgung und die medizinischen Möglichkeiten ein würdevolles Sterben ohne Schmerzen möglich sei. Aber davon wollte er nichts wissen.

Sein Gesundheitszustand verschlechterte sich massiv, er zog sich innerlich zurück und sprach kaum noch mit jemandem. Bei meinem letzten Besuch lag er im Bett, mit dem Rücken zur Tür und fast ganz zugedeckt. Ich begrüßte ihn und ergriff sanft seine rechte Hand, die aus der Decke herausragte. Er drückte fest meine Hand, sagte aber kein Wort. So saß ich lange bei ihm. Immer, wenn ich meine Hand lösen wollte, drückte er zusammen. Nach fast einer Stunde ließ er meine Hand los. Ich legte meine Hand auf seine Schulter, segnete ihn im Stillen und verabschiedete mich.

Einige Tage später verstarb er an Bauchspeicheldrüsenkrebs.

### „Ich bin bei dir“

heißt für mich vorurteilsfrei auf die Menschen zuzugehen und sie nicht gleich einer bestimmten Ecke zuzuordnen. Die eigene Lebensgeschichte prägt das Leben jedes Menschen und so auch sein Sterben. Daher war es für mich in der Seelsorge für schwerkranke Menschen wichtig, mich auf die jeweilige Person einzulassen und die persönliche Situation ernst zu nehmen. Es ist auch wichtig, ihre Bedürfnisse zu erkennen und soweit es möglich ist, diese noch zu erfüllen. Dazu bedarf es vor allem zuzuhören und hinzuhören. Wesentlich für mich war auch, schwierige Momente und Situationen auszuhalten und Hoffnung zu geben.

Das gesamte Team der Palliativstation des Klinikums Wels hat mich dabei unterstützt und liebevoll in ihre Gemeinschaft aufgenommen. Dankbar und reichlich beschenkt blicke ich auf die Jahre der ehrenamtlichen und seelsorglichen Begleitungen von schwerkranken Menschen und deren Angehörigen zurück.



## Was bleibt?



DGKP Margret Krebelder  
Leitung des  
St. Barbara Hospiz

*Mein runder Geburtstag und die bevorstehende Beendigung meiner beruflichen Tätigkeit als Hospizleitung waren Anlass, mehr als sonst üblich über mein Leben nachzudenken, und diese beiden Tatsachen wecken sehr unterschiedliche Gefühle in mir. Über 40 Jahre lang habe ich als Krankenschwester arbeiten dürfen, mehr als 15 Jahre davon als Palliativschwester. Es ist immer noch einer der wenigen Berufe, den ich mir für mein Leben vorstellen kann und es ist immer noch der Beruf, den ich von ganzem Herzen gern mache. Ich habe in den 40 Jahren einen Wandel in der Pflege miterlebt, der unglaublich ist, ausgelöst unter anderem durch den Wandel in der Medizin.*

Anfangs haben wir als Pflegenden noch die Spritzen und Kanülen ausgewaschen und sterilisiert und bettlägerige Patienten wurden wegen eines fehlenden Lifts über die Stiege getragen, um zu den nötigen Untersuchungen gefahren zu werden. Das kann man sich heute gar nicht mehr vorstellen. Ärzte als Götter in Weiß haben gewusst, was zu tun ist und auch wir Pflegenden waren Fachleute im Wissen, was der Einzelne braucht, ohne jemals den Betroffenen selbst gefragt zu haben, ob er denn das auch möchte oder nicht; und das habe ich als ganz „normal“ empfunden.

Auch das Sterben hat sich in ganz anderer Weise abgespielt, als das heute der Fall ist; und dass es einmal sogar

einen eigenen Ort dafür geben würde, habe ich damals nicht einmal zu denken gewagt – geschweige denn, dass ich einmal in Verantwortung für so eine Einheit stehen würde. Wann genau bei mir ein Umdenken stattgefunden hat, dass das alles vielleicht doch nicht ganz „normal“ ist und vielleicht doch der Betreffende der Fachmann dafür ist, was er braucht und was nicht und vor allem was er möchte und was nicht, kann ich im Nachhinein nicht mehr sagen; es ist sicher wie so Vieles im Leben ein langsames und stetiges Wachstum.

### Was bleibt also nun?

Einmal ist da ein großes Gefühl der Dankbarkeit, das alle anderen Gefühle bei weitem überwiegt: Dankbarkeit für all die Vorarbeit, die in diesem Bereich schon geleistet wurde, auf diesem Fundament können wir weiter aufbauen und weiterarbeiten. Das wurde mir in den letzten Wochen besonders bewusst, weil ich eine der Pionierinnen der Palliativ- und Hospizarbeit, Sr. Annemarie Gamsjäger, mehrmals getroffen habe und wir uns auch darüber ausgetauscht haben. Dankbarkeit für all die Patienten, die mir in meinem Leben begegnet sind. Ich werde nicht müde, ihre Lebensgeschichten zu hören, die manchmal so unglaublich sind und so bunt wie die Menschen selbst; und viele von ihnen werden mich mein Leben lang begleiten und sind mir in vielem Wegweiser geworden – auch für mein Leben. Dankbarkeit für die vielen Kolleginnen und Kollegen, mit denen

ich mit am Weg war, mit denen ich im selben Strom geschwommen bin, die manchmal bestärkend in meiner Arbeit waren und manchmal auch Mahner oder gar Korrektiv. Dankbarkeit für all die Schüler und Praktikanten, die mich über die neuesten Erkenntnisse in der Pflege informiert haben und denen ich umgekehrt etwas von meiner Erfahrung weitergeben konnte. Dankbarkeit für Möglichkeiten, die ich bekommen habe, zweimal etwas mitaufzubauen, einmal die Palliativstation am Krankenhaus Elisabethinen und einmal das St. Barbara Hospiz. David Steindl Rast sagt: „Es ist nicht das Glück, das uns dankbar macht. Es ist die Dankbarkeit, die uns glücklich macht!“ Und wie recht er damit doch hat.

Es gibt da aber auch ein Gefühl von Wehmut in mir. Wehmut, dass das jetzt schon alles gewesen sein soll, dass ich das alles jetzt hinter mir lassen soll, auch wenn durchaus recht gute Aussichten bestehen, die Zeit mit anderen mir auch sehr wertvollen Dingen füllen zu können; und ich habe sogar schon Ideen, welche Dinge das sein könnten. Aber es ist nur natürlich, dass dieser Abschied auch schmerzt.

In mir gibt es auch das Gefühl der Demut. Ich habe oft schon miterleben müssen, dass es Dinge gibt, die wir nicht in Händen haben, wo wir uns jemand oder etwas Größerem hingeben müssen. Ich habe mich in meiner Arbeit stets geführt und unterstützt gewusst und mich immer als Werkzeug verstanden; und ich erlebe es als unglaublich

bereichernd, ein Zahnrad in der Palliativ- und Hospizarbeit gewesen zu sein, etwas zur Weiterentwicklung beigetragen zu haben.

Ich empfinde aber auch ein Gefühl der *Erleichterung*; dieses große und schöne Projekt in gute Hände übergeben zu können, in dem Wissen, dass es gut weitergehen wird, wenn auch etwas anders; Verantwortung abgeben zu können, um damit Zeit und Raum für andere Dinge zu gewinnen.

Und es weckt das Gefühl der *Neugierde* in mir: Neugierde auf das, was das Leben noch für mich an Überraschungen bereithält, dass ich vielleicht noch andere Seiten im Leben kennenlernen darf, dass ich noch mehr Zeit für Dinge habe, die mir auch wichtig sind.

### Was bleibt?

Der *Glaube* daran, dass alles im Leben seinen Sinn hat, auch wenn wir ihn oft nicht gleich erkennen können und dass wir Menschen nie rein zufällig an einen Ort gestellt werden, sondern dass wir da eine Aufgabe zu erfüllen haben.

Die *Hoffnung*, dass die Entwicklung im Gesundheitsbereich nicht rückschrittlich wird, dass die zunehmende Spezialisierung nicht dazu beiträgt, nur mehr das entsprechende Organ zu sehen und nicht mehr den Menschen dahinter; und dass nicht weiter Gesundheitsökonomien bestimmen, wieviel Zeit wir für einzelne Tätigkeiten brauchen dürfen.

Die *Liebe*, denn sie ist das Fundament unseres Menschseins; sie ist die Triebfeder für Vieles, auch für alles Bemühen zur positiven Veränderung und sie ist das Wichtigste in unser aller Leben überhaupt. Dietrich Bonhoeffer sagt: „Da wo Liebe ist, ist das Leben erfüllt.“

In diesem Sinne bedanke ich mich für die vielen wertvollen Begegnungen mit Ihnen/Euch, für die gute Zusammenarbeit und freue mich, wenn ich viele von Ihnen/Euch in einem anderen Kontext wiedersehe, wir uns über „alte Zeiten“ austauschen und einen Kaffee gemeinsam trinken.

## *Ich bin bei dir*

*Ich bin bei dir mit meiner Wertschätzung für dich,  
begegne dir mit meiner Liebe, die dich nicht einengen will.*

*Denke an die Zeit, die wir gemeinsam verbracht haben.*

*Ich möchte dir so viel noch schenken, noch bist du da.*

*Ich bin bei dir mit einem Lächeln,  
auch wenn Tränen in mir sind, weil ich dich so sehr liebe.  
Ich spreche dir Mut zu und will dir das Gefühl geben,  
geborgen zu sein.*

*Ich bin bei dir und liebend für dich da.*

*In mir ist so viel Dankbarkeit für alles, was du für mich getan hast.*

*Ich begleite dich auf deinem letzten Weg.*

*Du bist nicht allein.*

*Ich bin bei dir mit Dank im Herzen*

*und Hochachtung vor deiner Güte, Wärme und Liebe.*

*Du warst für viele Menschen da, hast nicht auf die Zeit gesehen.*

*Du warst immer für mich da, lebst noch immer im Jetzt!*

*Ich bin bei dir und freue mich, dass ich dich kennen darf.*

*Ich reiche dir meine Hand, und wenn du gehen möchtest,*

*lasse ich dich sanft los und lasse dich gehen.*

*Auch dann, wenn es mir sehr schwerfällt.*

*Elisabeth Neureiter*

# Meine Arbeit – ein Geschenk



DGKP Sandra Metzbauer  
Palliativstation Steyr

*Beginnen möchte ich mit einem Zitat aus dem Lehrbuch der Palliativpflege: „Der Tod ist uns allgegenwärtig und doch seltsam fremd, er wird medial inszeniert und peinlich gemieden. Vermutlich haben in der Menschheitsgeschichte noch nie so viele Menschen so viele Tote und Todesarten gesehen und dennoch gleichzeitig persönlich so wenig Berührung mit Sterbenden oder einem Leichnam gehabt.“*

## Was arbeitest du?

Diese Frage stellen neue Bekannte häufig. Nach meiner Antwort „auf einer Palliativstation“ folgt meistens Stille und dann: „Ich könnte das nicht machen!“ Warum entstehen solche Situationen? Ist es wirklich so schwierig, auf einer Palliativstation zu arbeiten?

Stimmt, es ist nicht leicht, wenn eine junge Familie den Vater verliert. Es ist kräftezehrend, weinende Kinder, Ehefrauen und Eltern, die ihr erwachsenes Kind verlieren, zu sehen, wissend, dass Worte jetzt fehl am Platz sind und man einfach nur da sein soll.

Stimmt, es ist nicht leicht, wenn ein Patient Total Pain hat, schreit vor Schmerzen und man machtlos neben diesem Patienten sitzt und ihm diese Schmerzen trotz sehr guter Schmerzmedikation nicht nehmen kann, da es nicht „nur“ der körperliche Schmerz ist, sondern auch der Schmerz des Loslassen-Müssens von geliebten Personen und Gewohnheiten.

Stimmt, es ist nicht leicht, wenn in der Nacht jemand verstirbt, manchmal sind es auch zwei Menschen, man als Pfl-

gekräft allein ist und dann deren Angehörige neben den anderen Patienten betreuen muss.

Stimmt, es ist nicht leicht, plötzliche palliative Notfälle, wie zum Beispiel akute Blutungen, miterleben und auszuhalten.

## Stimmt, aber warum mache ich diesen Beruf so gerne?

Ich arbeite seit fast 10 Jahren auf der Palliativstation. Das Gefühl, hilflos zu sein, kommt natürlich auch vor. Aber dies prägt nicht meinen Arbeitsalltag. Ich könnte meinen Arbeitstag so beschreiben: Es ist ein Geschenk, dass ich tolle Menschen kennenlernen darf, die mir innerhalb kurzer Zeit ihre Lebensgeschichten anvertrauen. Diese Personen darf ich als Pflegeperson einen gewissen Lebensabschnitt begleiten. Häufig gehen Patienten fast beschwerdefrei nach Hause, sie empfinden wieder Lebensqualität und dürfen die kurze verbleibende Zeit zuhause bei ihren Familien verbringen.

Ich habe hier auf der Palliativstation gelernt, es gibt nichts Unmögliches. Dazu möchte ich zwei Beispiele nennen.

Eine Patientin kam zur Aufnahme. Sie war von ihrer Krankheit sehr gezeichnet, stark abgemagert und geschwächt, konnte kaum das Bett verlassen. Beim Aufnahmegespräch erzählte sie uns, ihr größter Wunsch sei es, eine Schiffs-kreuzfahrt zu machen. Sie hatte die Reise schon gebucht. Eine Motivation in Form eines Miniaturkreuzfahrtschiffes stand auf ihrem Nachttisch. Wir als

Team zweifelten anfangs jedoch, ob sie es schaffen könnte, haben sie jedoch gut in allen Bereichen unterstützt. Der VUPS (Verein zur Unterstützung der Palliativstation am Klinikum Steyr) unterstützte die Patientin, indem sie ein schönes Zimmer bekam, mit Blick auf das Meer, da wir vermuteten, dass sie durch die Schmerzen viel Zeit in ihrem Bett verbringen müsste. Sie selbst hätte sich nur ein kleines Zimmer ohne Fenster leisten können.

Ein paar Wochen nach ihrer Entlassung rief sie aus Rom an, wo die Schiffsreise endete, und erzählte uns, wie schön es war. Es war für mich ein Wunder, dass sie es geschafft hatte. Sie war so stolz, keinen Schiffsarzt benötigt zu haben – ihre Tochter schon, da diese seekrank wurde. Sie besuchte uns noch auf der Station und zeigte begeistert Urlaubsfotos. Kurz nach ihrem Urlaub ist sie friedlich verstorben. Von dieser Patientin habe ich gelernt, es ist sehr vieles möglich, man muss es nur wollen. Und natürlich gehört eine große Portion Mut dazu.

Ein lieber bettlägeriger Patient wünschte sich, bei der Hochzeit seines Sohnes dabei zu sein. Da wir eine große Terrasse haben, konnte die Zeremonie, bei strahlendem Sonnenschein auf unserer Station stattfinden. Die Überraschung, dass er der Trauzeuge seines Sohnes sein durfte, machte ihn sprachlos. Raus aus dem Nachthemd, rein ins festliche Trachtengewand. Es war sehr rührend zu sehen, wie glücklich er und sein Sohn waren. Wir waren überrascht über die

Kräfte, die er für dieses Ereignis mobilisiert hatte.

Auch wenn es nicht immer leicht ist, auf so einer besonderen Station zu arbeiten, es gibt immer Menschen, die einen auffangen. Auf meiner Station dürfen Tränen fließen, wenn ein Patient verstirbt. Oder man nimmt sich Zeit für ein kurzes Gespräch mit Kollegen, um gewisse Situationen nochmal zu hinterfragen.

Geben und nehmen, das ist bei uns auf der Palliativstation im Klinikum Steyr unter uns Kollegen (Ärzte, Pflege, Sozialarbeit, Physiotherapeuten, Psychologen, Seelsorge, Ehrenamtliche und Abteilungshelfer) sehr ausgeglichen. Braucht jemand Hilfe, Entlastung oder einfach nur 5 Minuten Pause, kann ich mich auf mein tolles interdisziplinäres Team verlassen.

Auch wenn Schicksale der einzelnen Patienten mit großer Traurigkeit und großem Leid behaftet sind, das Lachen mit Patienten, Angehörigen und mit

dem Team bringt Leichtigkeit und Unbekümmertheit in den Arbeitsalltag.

*„Das Lächeln ist nicht zu kaufen, zu leihen oder zu stehlen. Seinen Wert erhält es dadurch, dass man es verschenkt. Mancher Mensch ist zu müde um dir ein Lächeln zu schenken. Schenke du ihm ein Lächeln von dir. Denn es hat niemand ein Lächeln so sehr nötig wie der, der kein Lächeln mehr geben kann. Ein Lächeln kostet nichts, aber es gibt so viel. Es bereichert die, die es erhalten, ohne diejenigen ärmer zu machen, die es geben. Niemand ist so reich oder mächtig, dass er ohne es auskommt, und niemand ist so arm, dass er es nicht leisten könnte. Ein Lächeln erzeugt Fröhlichkeit, heitere Gelassenheit.“*

*(Aus dem Buch Palliative Care)*

Gewisse Rituale während und nach dem Dienst sind mir sehr wichtig. Mit diesen Ritualen schaffe ich es, wieder in meiner Mitte zu sein.

Ist ein Patient bei mir verstorben, öffne ich die Fenster. Dies gibt mir das Ge-

fühl, dass die Seele weiterziehen darf. Nach diesem Ritual zünde ich bewusst, in Gedanken an den Patienten, eine Kerze für ihn an.

Ich gehe nach jedem Dienst bewusst weg von der Station, ich ziehe mir meine Arbeitskleidung bewusst aus, beim Rausgehen atme ich bewusst einmal tief ein und aus. Dieses Ritual hilft mir, von DGKP Sandra wieder die Privatperson Sandra zu werden.

Zuhause angekommen, verbringe ich gern meine Zeit in der Natur, mit den Kindern, Mann und Hund. Ich wandere gern, fahre mit dem Rad und genieße das Leben mit Kaffee, Süßspeisen und lieben Menschen. Damit führe ich eine gewisse Selbstpflege durch. Dies ist sehr wichtig, um lange im palliativen Setting arbeiten zu können.

Genau das sind meine Kraftquellen. Ich genieße mein Leben. Somit kann ich mich wohlfühlen, im Privat- und Arbeitsalltag. Ich bin dankbar, so ein liebes Team, tolle Familie und Freunde an meiner Seite zu haben, die mir Kraft und Hoffnungen geben, wenn doch mal Zweifel aufkommen sollten, oder die Anforderungen und Belastungen im Beruf nicht mehr mit meinen Bedürfnissen im Gleichgewicht sind.

Und genau mit diesen Kraftquellen und Ritualen schaffe ich es, mit einem guten Gefühl in die Arbeit zu gehen und meine Arbeit mit einer gewissen Leichtigkeit – und meist mit einem Lächeln im Gesicht – zu meistern.

Einen Spruch möchte ich Ihnen noch mitgeben:

*„Nicht warten bis dass die beste Zeit kommt, sondern die jetzige zur besten machen.“*

*(Monika Minder)*

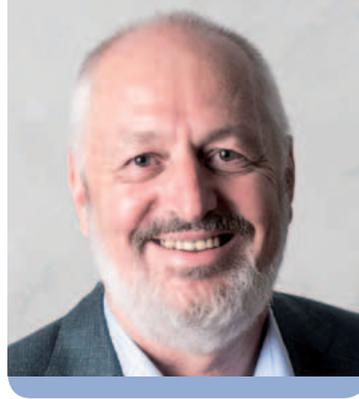
#### Literatur

*Zitat:* Der Tod ist uns allgegenwärtig ... Lehrbuch der Palliativpflege 3, überarbeitete Auflage, 2012, Nagele S., Feichtner A.; Wien, Facultas Verlags- und Buchhandels AG, S. 14

*Zitat:* Das Lächeln ist nicht zu kaufen ... Palliative Care. Handbuch für Pflege & Begleitung, 2. Auflage. 2007, Kränzle S., Seeger C. Schmid U.; Heidelberg, Springer Medizin Verlag



# Ich bin bei dir – wie kann es gelingen?



*OA Dr. Franz Reiner  
Langjähriger Leiter  
der Palliativstation  
am Klinikum  
Salzkammergut-  
Vöcklabruck*

## Ich bin bei dir

„Danke für das Begleiten in dieser schwierigen Zeit.“

„Wo bleibt die Visite? Ich möchte mit einem Arzt reden.“

So oder ähnlich habe ich es in den letzten Jahren oft gehört. Dabei drängt sich die Frage auf: Was lässt es oft gelingen und was sind die Ursachen für das Scheitern unserer Arzt-Patient-Beziehung?

Dafür gibt es wohl viele Antwortmöglichkeiten. Eine liegt im Erleben des „Ich bin bei dir.“

Von Seiten der Patientinnen und Patienten ebenso wie von Seiten der Ärztinnen und Ärzte.

## Ich als Patient

Mit meinem hereinbrechenden Defizitgefühl – ob bei Schnupfen, Husten, Schmerzen, Mattigkeit oder allem gleichzeitig – fühle ich mich schwach und werde oft hilfsbedürftig. Erst recht bei fürchterlichen Erkrankungen. Schockiert? Meist werden wir ruhiger, manchmal auch unruhiger, je nach Persönlichkeit und Situation. Wir ziehen uns zurück und andere meiden uns, und wir sie.

Ich erinnere mich an meine Kindheit. Wie gut war es zu wissen, die Mutter ist im Haus. Man hört sie das und jenes tun, weiß: Sie ist da! Wie gut ist es zu erfahren, sie stellt mir Tee und Biskotten hin, kommt dann und wann und kühlt mich, macht die Wäsche neu und hat Mittel für die Genesung. Oft darf ich auch – sonst nicht so gerne gesehene – aber in dieser Situation machbare Ak-

tionen liefern, z.B. länger fernsehen. Sie signalisiert mir damit: Ich bin bei dir!

Solche Erlebnisse erzeugen Zuversicht und lassen die Geduld wachsen, auch „kranke Tage“ zu überstehen.

Hilfreich in dieser Zeit erschien mir auch neben dem Wissen, dass da jemand für mich da ist, die Struktur, die mir den Tag leichter durchzustehen half: Essen, Schlafenszeit, Medikamenteneinnahme etc.

Meine Enkelkinder lernen mir heute bei allen Begegnungen, wie selbstverständlich das Leben ist. Sie führen mir auch vor Augen, wie sie bei Schwierigkeiten und Krankheit Hilfe suchen und bei wem. Was Vertrauen wachsen lässt. Was ich bei Salutogenese kennengelernt habe, finde ich oft und oft auch im privaten Umfeld bestätigt. Wir sind unterschiedlich begabt mit unserem Koheränzgefühl (Gefühl des Vertrauens zu sich und zur Umwelt) und wir sind sehr abhängig von der Begegnung mit unseren Nächsten. Diese stärken oder beschämen uns. Gerade in Krisenzeiten wie bei Erkrankungen macht sich das bemerkbar.

Für Patienten ist die Möglichkeit zur Unterstützung meist hilfreich und angstlösend. Die meisten von ihnen halten aber auch sehr gut Zeiten des Alleinseins aus. Oft trauen wir dies aus unserer Sicht den Einzelnen nicht zu. Individuelles Anpassen ist gefragt.

Meine Erfahrung als Patient im Erwachsenenalter ist irgendwie ähnlich. Da ist das Bedürfnis nach Erklärungen meines Zustandes, so dass ich es verstehen kann. Also ein Bedürfnis, dass der

Arzt/ die Ärztin sich meines individuellen Falles annimmt und mich spüren lässt: Er/Sie sieht neben der Symptomatik der Erkrankung auch mich als Person, nimmt mich wahr mit meiner Scham und meinen Ressourcen.

Neben der ärztlichen Betreuung brauche ich aber jene mitmenschliche, familiäre und freundschaftliche Beziehung und wenn notwendig auch pflegerische Fachlichkeit. Dasselbe gilt für alle Therapeutinnen und Therapeuten.

## Ich als Arzt

Ich bin bei dir. Wie soll das funktionieren? In Österreich haben wir 5,3 Ärzte auf 1000 Einwohner. (Kuba hat 8,6, Malawi hat 0,02/1000 EW) d.h. 1 Arzt auf 200 Personen. Das wäre ja gut vorstellbar, da von den 200 Personen nur wenige krank sind. Aber die Wirklichkeit sieht nicht nur in der Coronazeit anders aus. Die Praktischen Ärzte mit Kassenordinationen sind zu wenig, ebenso haben wir einen Ärztemangel in anderen Fächern wie Psychiatrie, Nuklearmedizin oder Radioonkologie und etlichen anderen. Wie soll da der Anspruch: Ich bin bei dir! halten?

Neben dem Strukturieren des Angebotes gilt es im medizinischen Alltag dies selbst auch zu leben! Hier sind wir Ärzte mit unserer Persönlichkeit und Struktur gefragt.

Bei Begegnungen präsent sein und sich Zeit für den Dialog nehmen.

Es gibt Untersuchungen, dass wir Ärzte die Patientinnen und Patienten bei Visitingesprächen sehr schnell unterbrechen, weil wir weiterkommen

wollen. Ebenso wurde aber auch festgestellt, dass wir beim Patienten durch Zuhören und Präsenz das Gefühl erzeugen, viel Zeit zu haben. Wir neigen leider mitunter dazu, bei jemandem zu sein und schon an den nächsten zu denken. Da stimmt es nicht mehr: Ich bin bei dir!

Bei der Übermittlung von schlechten Nachrichten kennen wir die Psychodynamik bei den Patientinnen und Patienten. Es braucht eine klare, verständliche Sprache. Eine entsprechende Umgebung. Und oft ein mehrfaches Reden und Einbeziehen der Nächsten. Dies gestaltet sich gerade jetzt mit den eingeschränkten Besuchsmöglichkeiten aufwendig. Trotzdem ist es ein Gebot in dieser Krisenzeit für die Patienten. Es signalisiert unser ärztliches und behandelndes „Ich bin bei dir!“

Es ist gut zu wissen, dieses fachliche Du kontaktieren zu können. Viele Kolleginnen und Kollegen erzählten mir, dass die Weitergabe von privaten Telefonnummern für den Krisenfall meist nicht ausgenutzt wird. Es ist gut, um eine Kummernummer zu wissen. Das Mobile Palliativteam, rund um die Uhr besetzt, ist eine solche für palliative Situationen.

Natürlich kann das auch ausgenutzt werden. Es hängt von Personen und Situationen ab. Durch unsere heutigen Möglichkeiten wie Handy etc. ist eine permanente Störung möglich. Hier gilt es zu strukturieren.

Gerade im Hospiz- und Palliativbereich gibt es eine gute und schon sehr weit ausgebaute Struktur für eine Versorgung in palliativen Situationen. Auch andere Strukturen können genutzt werden, wie z.B. bei Krebserkrankungen die Zentren und Ambulanzen sowie Einrichtungen wie Krebshilfe und Selbsthilfegruppen. Dies gibt es auch für manche speziellen psychischen und physischen Erkrankungen. Wir Ärztinnen und Ärzte können dies nützen. Wir sollen und dürfen diese auch mit weiter entwickeln.

Glücklich, der oder die, die es schaffen, präsent, neugierig und aufmerksam zu bleiben.

Glück auch für jene, die es schaffen, sich im Team eingebunden zu wissen und Zeit und Raum für die Arzt – Patient-Beziehung gestalten zu können.

Durch das Signalisieren von bleibendem Interesse (kann auch durch das Team gemacht werden) für die Zeit während bzw. nach der Behandlung entsteht Vertrauen und wird das Gefühl verstärkt: Sie/Er ist da für mich!

Gerade in palliativen Situationen, also bei Behandlungen mit unheilbaren Erkrankungen, ist die Hoffnung auf ein gutes Leben tragend. Uns Ärzten wird manchmal vorgeworfen, dies durch unsere Botschaft der Erkrankung brutal zu brechen. Der Überbringer schlechter Nachrichten ist kein strahlender Held. Das Wahrnehmen der Patientin/ des Patienten und der Dialog mit der Kenntnis um die Psychodynamik in der jeweiligen Situation, lässt das Gefühl aufleben: Ich bin bei dir.

Auf der Palliativstation und im Palliativ-Konsildienst habe ich oft erfahren dürfen, dass sich durch das Interesse an

der jeweiligen Person und seiner momentanen Situation, sowie die Möglichkeit, die Nächsten miteinzuschließen, ein Vertrauensverhältnis entwickelt hat, welches durch das kollegiale interdisziplinäre und interprofessionelle Miteinander – für Patient und Angehörige sichtbar – vom „Ich bin bei dir!“ zu einem „Wir sind bei dir!“ wurde.

Vielleicht wächst daraus ein „Danke für das Begleiten in dieser schwierigen Zeit“.

Der Erfolgsfaktor unserer Arbeit. Ich freue mich, in diesem Gesundheitssystem gearbeitet zu haben.

#### Büchertipps

Salutogenese: Wie Gesundheit entsteht, Schatzsuche statt Fehlerfahndung, Eckhard Schiffer

Scham: Scham, die tabuisierte Emotion, Stephan Marks

Überbringen schlechter Nachrichten: Über den Schatten springen, vom Entwirren einer Krankheit durch Begegnung, Peter Fässler-Weibel, Arno Gaiger



# „da ist ein Panzer von mir abgefallen ...“

Anonym  
Klientin von  
ARCUS Sozialnetzwerk  
oberes Mühlviertel

*Im Interview erzählt die Klientin K. über das Dasein und die Wirkung des aufmerksamen Zuhörens auf das Wohlbefinden, auf die Lebenseinstellung und auf die Sichtweise der eigenen Biografie.*

*Liebe K, darf ich dich bitten, dich kurz vorzustellen:*

Ich heiße K., bin XY Jahre alt und bin im oberen Mühlviertel zu Hause. Ich wohne zusammen mit meinem Sohn, meiner Schwiegertochter und meinem Enkel in einem Haus. Ich kann den Alltag selbst gestalten, brauche aber seit einiger Zeit Unterstützung bei der Pflege und bei der Wundversorgung.

*Was bedeutet für dich der Satz „da ist ein Panzer von mir abgefallen“?*

Ich habe es nicht immer leicht gehabt im Leben und habe viele Dinge und auch viele Konflikte mit mir selbst ausgemacht. Ich habe nie meine Probleme auf meine Kinder übertragen, das war mir ganz wichtig, dass ich das für mich allein ausmache, denn die Kinder sollen ihr eigenes Leben leben und ihre eigenen Urteile fällen können. Sie sollen ihre eigenen Erfahrungen machen. So war ich oft allein und konnte mit niemandem über Probleme sprechen. Als ich Hilfe bei der Pflege brauchte, und die mobilen Dienste, also die Fachsozialbetreuerinnen und Hauskrankenschwestern von ARCUS kamen, um mich bei der Körperpflege und der Wundversorgung zu unterstützen, war es mir wirklich, als ob ein Panzer von mir abgefallen wäre, als ob ich eine angezogene Rüstung endlich weglegen konnte. Denn neben den notwendigen Tätigkeiten, die mir

ein Wohnen zu Hause ermöglichten, konnte ich da auch reden. Bei jedem Hausbesuch konnte ich ein Stück reden, ein wenig von mir, meinen Sorgen und meiner Lebensgeschichte erzählen. Die Pflegenden hörten achtsam zu, bestärkten mich und machten mir Mut. Sie begleiten mich seither und ich habe endlich jemanden, dem ich auch meine Probleme erzählen kann. Dafür bin ich sehr dankbar, es tut unendlich gut und hat mir sprichwörtlich mein Leben gerettet.

*Gibt es für dich Lebenssätze, die dir durchs Leben geholfen haben? Welche Grundsätze hast du im Leben verfolgt?*

Ironie und Humor haben mir geholfen, mein manchmal schweres Leben zu meistern. Ich kann nun das Leben positiv sehen und glaube, dass jeder Mensch immer lernen kann, auch durch Fehler und Dinge, die nicht so gut funktionieren. Die großen Dinge in der Welt fangen ganz klein an, das ist mir auch wichtig zu sagen.

*Welche Kraftquellen kannst du für dich entdecken?*

Ich liebe meine Familie, ich sehe meine Enkel sehr gerne. Außerdem bin ich viel in der Natur. Mein Garten ist mein Paradies, da bin ich ganz oft und kann Kraft tanken.

*Was war bisher für dich in deinem Leben wichtig?*

Ich bin viel mit mir allein gewesen, aber ich habe vieles geschafft. Ganz wichtig war für mich, gegen den Widerstand einiger Menschen wieder nach Linz

arbeiten zu fahren, als die Kinder etwas größer waren. Da habe ich ein Stück Freiheit gespürt. Ich habe viele Schicksalsschläge gemeistert und habe immer viel gearbeitet. Meine Mutter war sehr wichtig für mich, ohne sie hätte ich vieles nicht geschafft, mit den Kindern und dem Haus. Sie war eine Perle und am Ende des Lebens eine geduldige Patientin. So wie sie möchte ich einmal sterben – ohne Schmerzen und beim letzten Atemzug ein Lächeln auf den Lippen. Auch Aussagen von ihr habe ich immer wieder im Kopf. Wenn etwas nicht funktioniert hat, sagte sie immer: „Nimm' die Hände, dann hat's ein Ende“. Der Glaube hat ihr sehr geholfen im Leben, sie flüsterte manches Mal „Der Herrgott wird's schon richten“ und vertraute auf diese Zusage.

*Was ist dein Wunsch für die Zukunft?*

Wenn mich der Herrgott noch ein wenig leben lässt, dann möchte ich noch leben. Ich würde gerne die Lebensgeschichte meiner Eltern und mir aufschreiben und sie Menschen schenken, die mir wichtig sind. Ich wünsche mir auch, dass die Menschen lernen, gut miteinander umzugehen.

*Möchtest du noch etwas erzählen?*

ARCUS ist das Beste, was mir je passiert ist, der Beginn der Betreuung war ein zweiter Geburtstag für mich – ich möchte allen ein großes DANKE sagen. Gut, dass es euch gibt.

*Das Interview führte DGKP Angelika Schwarz, Msc, ARCUS Sozialnetzwerk oberes Mühlviertel*



*Claudia Glössl, MAS MSc  
Ehrenamtliche  
Mitarbeiterin  
der Hospizbewegung  
Wels-Stadt/Land*

## 20 Jahre Kaprun – eine Erinnerung

### Fakten

Am 11. November 2000 starben insgesamt 155 Personen bei der Brandkatastrophe der Gletscherbahn Kaprun 2. 92 Menschen kamen aus Österreich und davon 32 Personen aus Wels bzw. umliegenden Gemeinden, die bei einem offenen Betriebsausflug des Magistrates Wels mit dabei waren.

Es starben 150 (der 162) Passagiere der bergauffahrenden Bahn Kaprun 2. Im entgegenkommenden Zug (Kaprun 1) starben der Zugführer und ein Tourist sowie drei Personen auf der Bergstation durch Rauchgasvergiftung. 12 Personen im hinteren Zugteil konnten nach Ausbruch des Brandes das Fenster einschlagen und sich befreien. Sie überlebten, weil sie entgegen der Kaminwirkung nach unten liefen.

Die Hinterbliebenen der 32 „Welser“ Opfer wurden von Beginn an seitens des Magistrates und weiteren Einrichtungen wie den Kriseninterventionsteams des Roten Kreuzes und der Krisenhilfe Oberösterreich betreut. Betreut wurden alle Personen, egal ob hinterbliebene Kinder, Eltern, Ehefrau/Ehemann, Lebenspartner\*innen, enge Freunde, Anverwandte. Alle konnten sich melden und wurden unterstützt. Es wurde versucht, ihnen in allen Lagen behilflich zu sein. Der Magistrat – Politik und Verwaltung – war in dieser Situation außerordentlich empathisch und versuchte alles, soweit es möglich war. Dabei hatte der Magistrat doch selbst Arbeitskolleg\*innen und Freund\*innen verloren. Eine jedenfalls herausfordernde Situation für alle Beteiligten. Der

Medienandrang musste zusätzlich bewältigt werden.

### Krise und Krisenintervention

Eine psychosoziale Krise liegt vor, wenn ein Ereignis eintritt, das den Verlust des seelischen Gleichgewichtes zur Folge hat. Der Verlust des seelischen Gleichgewichtes tritt ein, wenn ein Mensch keine verfügbaren Bewältigungsstrategien einsetzen kann, die er aufgrund seiner bisherigen Biographie erworben hat bzw. die Person überfordert ist (Sonneck 2000: 15).

Es gibt grundsätzlich zwei Arten von Krisen:

- Traumatische Krisen (plötzlich auftretende Krisen, die die persönliche Integrität in Frage stellt; Beispiele sind Verlust und Tod von emotional nahestehenden Menschen, Krankheit, Unfall, Trennung/Scheidung, Gewalt in allen Formen, Großschadensereignisse) (Hausmann 2006: 28).
- Veränderungskrisen (sind Krisen, die aus großen Lebensumstellungen und Veränderungsphasen, die das Leben mit sich bringt, erfolgen, wie Pubertät, Schwangerschaft, Berufswechsel, Pensionierung) (Hausmann 2006: 29).

Das Unglück von Kaprun zählt zu den traumatischen Krisen. In diesen Krisen treffen die Ereignisse die Menschen unvorbereitet und unvorhergesehen. Die erste Reaktion ist der Schock, die von der Reaktionsphase abgelöst wird. Diese Phase, die Tage bis Wochen dauern kann, ist geprägt von den unterschiedlichsten Gefühlen. Sie reichen

von Hoffnungs- und Hilflosigkeit, Verzweiflung bis zu Wut, Aggressivität und Entlastung. In der Entlastung kann durch Bearbeitung eine Neuorientierung erfolgen. Die vier Phasen (Schock, Reaktion, Bearbeitung und Neuorientierung) sind, ausgenommen der Schockphase, nicht starr voneinander abgegrenzt. Sie fließen ineinander (Sonneck 2000: 16).

Die Krisenintervention umfasst Hilfe in der Akutsituation, um Menschen zu unterstützen, damit die Situation bewältigt werden kann. Mit der Krisenintervention können Folgeerscheinungen verhütet und gemildert werden (Sonneck 2000: 61). Ziel der Krisenintervention ist es, die Betroffenen zu stabilisieren, sodass sie ihre Angelegenheiten selbst in die Hand nehmen und meistern können. Damit verbunden ist das Ziel, selbstzerstörerischen und selbstverletzenden Ansätzen eine Absage zu erteilen (Sonneck 2000: 62 f.). Die Krise und Realität darf nicht verleugnet, sondern sie muss wahrgenommen werden, mit allen Gefühlen und Reaktionen. Wichtig ist, dass betroffene Personen, besonders in der Schockphase, Unterstützung sowie Empathie erhalten (Sonneck 2000: 19). Es geht also vor allem darum, Personen nicht allein zu lassen, sondern es braucht jemanden, der da ist. Eine Person, die emphatisch und aktiv zuhört, Informationen weitergibt, die zeitliche Abfolge der Geschehnisse klärt. So können Ereignisse strukturiert werden. In diesen Interventionen ist vorrangig, ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln, sodass die betroffene Person

handlungsfähig für Entscheidungen wird (Hausmann: 2006: 90). Je nach Situation und Umständen werden unterschiedliche Interventionen gesetzt. Sie hängen vor allem davon ab, welche Person, in welchem Kontext und in welchem sozialen Umfeld, betreut wird. Die zu betreuende Person steht im Fokus der Betreuung und alles orientiert sich ausschließlich an ihr.

### Begleitungen

Die Begleitungen waren vielfältig und von unterschiedlichen Herausforderungen geprägt. Während die einen den Ehemann verloren haben und nun mit Kindern ihren Weg finden mussten, erwachsene Kinder, die Vater, Mutter oder beide verloren hatten oder Eltern, die ihr(e) Kind(er) als junge Erwachsene verloren. Jeder Trauerprozess war herausfordernd. Alle beschränkten ihre eigenen Wege, denn Trauer kann nicht miteinander verglichen werden. Manche verschoben ihre Trauer, sodass der Verlauf einen komplizierteren Weg nahm. Komplizierte Verläufe waren auch bei Eltern zu bemerken, die das Kind verloren hatten.

Eine Frau hatte ihren Mann verloren, sie blieb mit zwei Kindern im Vorschul- bzw. Schulalter, einem neugebauten Haus und vielen Schulden zurück. Ihre Herausforderungen betrafen zunächst im Alltag vor allem ihre Kinder und finanzielle Schwierigkeiten. Bei Kindern ist das Todeskonzept erst in Entwicklung und Begriffe wie „nie wieder“ können in der Regel nicht oder kaum eingeordnet werden. Ihre Trauer kommt in den Entwicklungsphasen zum Erwachsenwerden immer wieder. Sie müssen mit neuem Wissen und Verständnis eingeordnet und anschließend in den Rucksack der Vergangenheit gebettet werden. Beim damals jüngeren Kind war es wichtig, ungefähr 10 Jahre nach der Katastrophe, die Berichterstattung des ORF am Tag des Unglücks bzw. am Tag danach zu besorgen. Durch das Ansehen der Berichte von damals, konnte er seine damaligen Erinnerungen korrekt auf einer Zeitschiene einordnen.

Das war ein wichtiger Baustein in der Trauerbewältigung und im Erwachsenwerden. In der Begleitung war es enorm wichtig, die Mutter immer wieder darauf zu bringen, dass auch ihre Trauer, ihr Trauerprozess wichtig sind und sie nicht auf sich selbst vergessen darf. Die Begleitung kann als gut gelungen angesehen werden. Die Mutter lebt seit Jahren in einer neuen Beziehung, die Kinder sind erwachsen, mit einer guten Ausbildung und leben beide jeweils in einer stabilen Beziehung. Der Vater ist in der Erinnerung sichtlich verankert, durch Bilder in den Haushalten präsent und begleitet so seine Familie.

Eltern und Schwester haben ihren erwachsenen Sohn bzw. älteren Bruder verloren. In dieser Begleitung gab es anfangs viel Zorn und Wut über die Unbegreiflichkeit, dass überhaupt ein Brand in der Bahn ausbrechen konnte. Für diese Familie waren zwei Punkte in der Trauerbewältigung bedeutend. Das eine war das Geschehen in der Bahn, um die zeitliche Abfolge nachvollziehen, wenn auch nicht verstehen, zu können und der Halt, den der Glaube gab. Die Familie legte sich ein für sie passendes Narrativ anhand der Geschehnisse in der Bahn zurecht, wohl wissend, dass es eine Geschichte ist. Aber diese Geschichte bot ihnen den Halt, den sie letztlich benötigten, um das Geschehen in ihrer Gedanken- und Glaubenswelt einordnen zu können. Der Verstorbene begleitet sie in ihrem Leben und ist da. Ein jährlicher Besuch in Kaprun gehört seit dem ersten Todestag zur fixen Planung des Jahres dazu.

Eine Frau hat ihren zukünftigen Lebenspartner verloren. Es war geplant, dass der Verstorbene im Laufe des restlichen Novembers fertig bei ihr einzieht. Die Wohnung war bereits adaptiert und die Adventzeit sollte in der nun gemeinsamen Wohnung verbracht werden.

Alle Pläne für die Zukunft waren mit einem Mal dahin. In der Familie des Mannes hatten ihre Bedürfnisse keinen Platz. Die Frau im mittleren Alter stand fest mit beiden Beinen im Leben und hatte durch eine Freundin eine sehr gute Unterstützung. Sie nahm am Begräbnis teil, auf dessen Ablauf und Gestaltung sie aber keinerlei Einfluss hatte. Sie hatte sich, ermuntert durch die Begleitung, entschieden, ein zweites persönliches Abschiednehmen am Grab zu veranstalten. Sie gestaltete eine Parte und lud die beiden besten Freunde des Verstorbenen und ihre beste Freundin dazu ein. Sie brachten persönliche Texte, die sie abwechselnd vorlasen, Musik und Blumen mit. So wurde sehr persönlich Abschied genommen. Sie fotografierte dabei, so wie sie bereits vorab die Urne fotografierte. Mit Bildern aus der gemeinsamen Zeit und des Abschiedes hat sie sich eine Fotocollage erarbeitet, die noch heute an der Wand in ihrer Wohnung hängt. Sie lebt in einer Beziehung, aber er ist Teil ihres Lebens.

### Literatur

- Hausmann, Clemens (2006): Einführung in die Psychotraumatologie, Wien: facultas  
 Sonneck, Gernot (2000): Krisenintervention und Suizidverhütung, Wien: facultas



Gedenkstätte in Kaprun

Quelle: [https://www.kitzsteinhorn.at/bilder/Diverses/Historisch/image-thumb\\_655\\_gallery/GBK\\_Gedenkst%C3%A4tte\\_innen.webp](https://www.kitzsteinhorn.at/bilder/Diverses/Historisch/image-thumb_655_gallery/GBK_Gedenkst%C3%A4tte_innen.webp)  
 [Abruf 26.10.2020]

*Andrea Peterwagner  
Kaufmännische Leitung  
und ehrenamtliche  
Mitarbeiterin  
Hospizbewegung Wels*



## Ein halbes Königreich würde ich verschenken

***Ein halbes Königreich würde ich verschenken, wenn Sie heute Nacht bei mir bleiben könnten ...***

***So begann meine Geschichte mit Frau B.***

In meinem Praktikum auf der Palliativstation lernte ich Frau B. kennen und schätzen.

Eine Schwester der Palliativstation hatte mich gebeten, doch einmal im Zimmer 205 vorbeizusehen, da diese Patientin sehr gerne plauderte und jegliche Form der Unterhaltung sehr willkommen hieß. So machte ich mich auf den Weg zum Zimmer 205 und war etwas aufgeregt darüber, was mich erwarten würde. Auch Zweifel kamen in mir auf, ob ich dieser Patientin die nötige Unterstützung und den Beistand geben könnte.

Ich öffnete sehr zaghaft die Tür und fand Frau B. halb liegend im Bett vor. Zwei hellwache Augen strahlten mich zur Begrüßung an. Alle meine Bedenken verfliegen, noch bevor ich mich vorstellte. Auf meine Frage, ob ich mich an ihr Bett setzen dürfte, antwortete sie mit vor Begeisterung glühenden Augen: „Ich würde mich sehr freuen und wenn Sie mir dabei auch noch meine rechte Hand massieren würden, wäre ich Ihnen sehr dankbar.“ So saß ich nun, massierte die rechte Hand und wurde als Dank bestens unterhalten. Wir hatten richtig Spaß, sodass die Schwester nach einer Stunde vorbeikam, weil sie uns so herzlich lachen hörte. Frau B. gab ihre Geschichten des Lebens mit allen Höhen und Tiefen wieder. Es

war so berührend, sowohl in ein anderes Leben als auch in ein anderes Zeitalter einzutauchen, denn Frau B. war rund 48 Jahre älter als ich. Wie sagte sie? „Zu dieser Zeit schrieb das Leben noch andere Geschichten!“ In diesem Augenblick schenkte sie mir den Einblick in ihre derzeitige Welt, in der die Zeit schon begrenzt schien. Nichts desto trotz verließ ich nach 3 Stunden, mit dem Versprechen sofort wiederzukommen, das Zimmer, um etwas frische Luft zu schnappen. Ich hatte gerade erst das Schwesternzimmer erreicht, da läutete Frau B. schon wieder. Also machte sich die Schwester auf den Weg zu ihrem Zimmer, um nur einen Augenblick später mit der Nachricht zurückzukommen, dass Frau B. veranlasst hatte, mir eine Jause bringen zu lassen, sowie auch etwas zu trinken. Sie würde es dann später bezahlen. Wir waren alle zu tiefst berührt von dieser Fürsorge. Nun machte ich mich auf den Weg zurück zu Frau B. und kaum hatte ich erneut neben ihr Platz genommen, wollte sie wissen, ob ich auch gut versorgt wurde. So verbrachten wir den ganzen Nachmittag zusammen, bis ihr plötzlich die Idee kam: „Wollen wir uns einen Kaffee

bringen lassen?“. Ich lachte mit ihr und versicherte, dass sie auch heute noch die perfekte Gastgeberin sei. Am frühen Abend kam eine junge Ärztin zur Visite und legte Frau B. nahe, einer Infusion zuzustimmen, da ihre Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr nur mehr sehr gering war. Frau B. unterbreitete der Ärztin, dass sie eigentlich nichts mehr mochte, weil es für sie gut war so wie es war, außer ich würde ihr noch die Zeit schenken und so lange an ihrem Bett verweilen, bis die Infusion zu Ende wäre. Wer könnte ihr diesen Wunsch schon abschlagen? Und so blieb ich an ihrer Seite und hielt noch immer ihre rechte Hand. Da die Zeit bekanntlich nicht still steht, war es inzwischen schon später Abend und Frau B. schlief immer wieder ein. Meine Hand ließ sie jedoch immer noch nicht los. Nach etlichen Anläufen verabschiedete ich mich schließlich um 23:00 Uhr von Frau B. und versprach ihr, dass ich morgen wieder da sei. Sie schlug die Augen auf und sagte: „Ein halbes Königreich würde ich verschenken, wenn Sie heute Nacht bei mir bleiben könnten.“ Ich konnte diese Nacht nicht bleiben, aber ich konnte diese eine Nacht verkürzen.

*Kebr in dich still zurück, ruh in dir selber aus, so fühlst du höchstes Glück.*

*Friedrich Rückert*





Evelin Schimpl  
Mutter von Florian

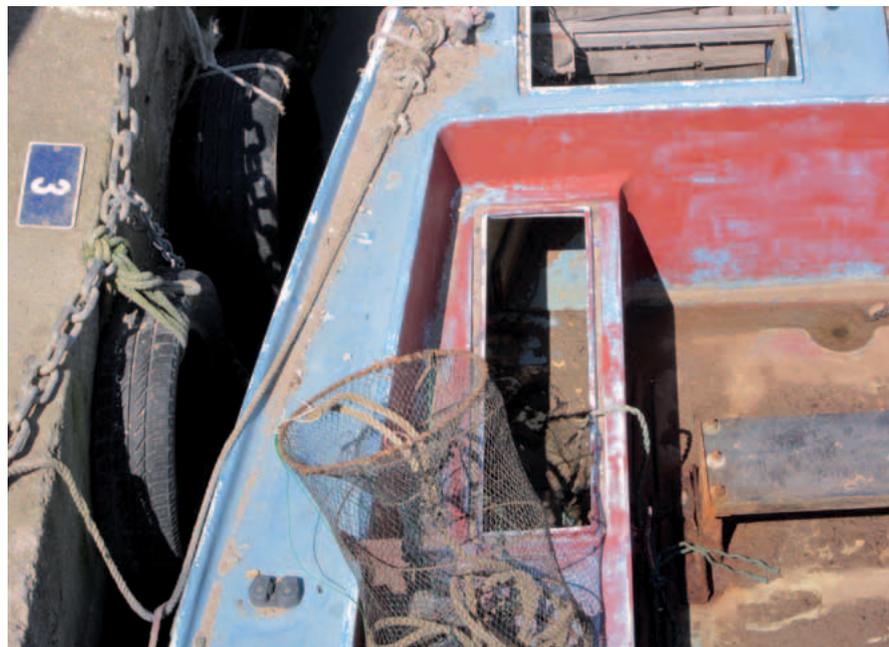
## Ich bin bei dir

Ich, Evelin Schimpl, bin 1962 geboren. Im August 1992 kam unser Wunschsohn Florian auf die Welt.

Florian ist ein liebenswertes, gesundes und mein über alles geliebtes Kind! In der Jugend wurde Florian krank. Mehrere psychische Erkrankungen wurden diagnostiziert. Florian und ich beschritten diesen schwierigen Weg gemeinsam. Aufenthalte im Krankenhaus und der Psychiatrie folgten. Fachärzte, Reha, Medikamente und Gesprächstherapien – alles zusammen hat leider zu keinem dauerhaften Erfolg geführt.

Zitat von Florian, veröffentlicht in der Zeitschrift „Kupfermuckn“ im September 2019: „Psychische Erkrankungen

*machen mir das Leben schwer. Ich leide seit meiner frühen Kindheit unter mehreren psychischen Erkrankungen. Ich leide unter mittelstarken chronischen Depressionen, darüber hinaus leide ich an einer Persönlichkeitsstörung vom Borderline-Typ. Meine halbe Jugend verbrachte ich in unzähligen Krankenhäusern und Psychiatrien. Ich habe immer meine Familie hinter mir, die mich – so gut es geht – in allen Lebensabschnitten begleitet hat. Sie hat mich auch nie fallen gelassen. Durch diese Stütze wurde alles leichter. Doch jedes Mal, wenn mit mir etwas nicht stimmt, ist meine Mutter zur Stelle und ruft mich an, als würde sie es spüren, dass etwas nicht stimmt. Ich bin meiner Mutter unsagbar dankbar. Sie hat mich nie*



*im Stich gelassen, nicht einmal als sie von meiner Drogensucht gehört hat. Ich mache mir große Vorwürfe, da ich meine Mutter mit meinem Verhalten in eine Depression gestürzt habe, sie oft zum Weinen brachte und mich ihr gegenüber nie wie ein Sohn verhielt, sondern ihr nur Kummer und Leid bescherte. Ich weiß nicht, wie ich ihr all die Dankbarkeit zeigen kann, die ich empfinde. Danke liebe Mutter!“*

Leider hat Florian diesen selbstverfassten Bericht nicht mehr lesen können. Ich habe ihm sein eigenes Zitat am Grabe vorgelesen. Ich bin sehr stolz auf ihn und seine lieben, wertschätzenden Worte!

Sein warmherziges Wesen zeichnete ihn aus im Leben, seine große Hilfsbereitschaft und Ehrlichkeit. Er war im-



mer da, auch wenn es ihm nicht besonders gut ging. Immer war er respektvoll und zuvorkommend im Umgang mit seinen Mitmenschen.

Am 5. August 2019 ist meine Welt zusammengebrochen. Gott hat meinen Sohn zu sich geholt! Genau das ist eingetreten, womit ich mich innerlich schon so oft auseinandergesetzt habe. Einige Nächte, bevor mein Sohn starb, waren meine Gedanken immer bei ihm. Ich habe kaum Schlaf gefunden in jenen unruhigen Nächten. Dann – die unendlich schmerzhafteste, traurigste Gewissheit – Florian war tot. Ich hatte so eine Vorahnung, bedingt durch die Krankheit, dass so etwas passieren würde, dass er vorausgehen könnte, aber doch nicht

mit 27 Jahren! Seither ist nichts mehr, wie es war. Es vergeht kein Tag, keine Nacht, wo ich nicht mit meinen Gedanken und mit meinem Herzen bei meinem Sohn bin. Es vergeht kein Tag, an dem ich nicht an seiner Ruhestätte bin. Ich weiß ganz genau, dass er, wo immer er auch sein mag, meine Nähe fühlen kann. An seinem Grab bin ich besonders verbunden mit ihm. Es tut mir so gut, wenn ich ihm in Liebe sein „Bettchen“ mit Blumen aus dem Garten schmücken darf.

Liebevoll sagte er immer wieder: „Mam mach dir keine Sorgen!“ „Mam ich pfleg’ dich einmal, wenn du Pflege brauchst.“ Aber es ist anders gekommen. Ich weiß oft nicht, wie ich diesen Schmerz aus-

halten soll. Florian bitte ich in solchen Momenten, dass er mir Kraft dazu gibt, den Schmerz in meinem Herzen auszuhalten. Mein Sohn ist jetzt näher bei mir, als je zuvor. Mein GLAUBE gibt mir die Gewissheit, dass es Florian jetzt gut geht. Meine LIEBE zu ihm ist noch stärker geworden. Er wird immer in meinem Herzen sein. Die HOFFNUNG, dass ich ihn wiedersehen werde, gibt mir die nötige Kraft für den Alltag.

Florian fehlt mir sehr!

Durch Gesprächstherapie bin ich gut aufgefangen und lerne mit meiner Trauer umzugehen. Das Leben wie es war, wird es nicht mehr geben. Ich darf ein völlig verändertes – aber unbedingt lebenswertes Leben – neu beschreiten.



Angehörige  
Anna Schreder  
Vöcklabruck

## Wenn gemeinsame Zeit zu etwas ganz Besonderem wird

*Nach nahezu 60 Jahren gemeinsamen Lebens ist das alltägliche Leben zur Routine und Selbstverständlichkeit geworden, gemeinsam werden schwierige Situationen des Lebens bewältigt, freut man sich über Besuche der Kinder und Enkelkinder, genießt das nun etwas ruhigere Leben. Doch dann tritt etwas ein, das alles verändert. Plötzlich wird alles was bisher „selbstverständlich“ war, zu etwas „Besonderem“.*

Die Diagnose Krebs überraschte uns im Frühling 2017, brachte uns aus dem Gleichgewicht. Gute Freunde, Familienmitglieder und Bekannte kämpften schon dagegen an, nun hatte es auch uns erreicht. Es war ein Schock, der mich schwer traf. Ich fragte mich, wie damit umgehen? Aber das Leben gibt die Regeln vor. Mein Gatte benötigte meine ganze Kraft und Stärke. Das Wichtigste war ihn zu begleiten, ihm Hoffnung für die Zukunft zu geben, das Gefühl zu vermitteln „ich bin bei dir“, mit Worten, Gesten, Taten.

Die Operation verlief sehr gut, Gustl war schwach, hatte stark abgenommen, aber gemeinsam schafften wir es, einen guten Sommer zu erleben, ein paar Tage in den Süden zu fahren.

Ich wurde nicht müde, meinen Mann an den Tagen, an denen es ihm nicht gut ging, mit Worten wiederaufzubauen, Zuversicht zu vermitteln. Das Wichtigste aber war, ihm zu vermitteln, dass ich mit ihm gemeinsam diesen Weg gehen werde.

Die Nachuntersuchungstage waren anstrengend, immer mit der Hoffnung

verbunden, dass nichts Negatives festgestellt wird. Ende September war das Ergebnis jedoch nicht erfreulich, man entschied eine chemotherapeutische Behandlung durchzuführen. Der Krebs hatte irgendwo in seinem Körper wieder eine Möglichkeit gefunden, sich festzusetzen. „Chemotherapie“, ein Wort, das man aus Erzählungen anderer kannte und sofort fielen uns alle negativen damit zusammenhängenden Nebenwirkungen ein. Kurz darauf begann man mit der Behandlung, Gustl ging es in den nächsten Wochen gar nicht so schlecht, er war schneller erschöpft, hatte weniger Appetit, aber immer noch gingen wir spazieren, besuchten Freunde oder luden diese zu uns ein.

Kurz vor Weihnachten war wieder eine Behandlung angesetzt. Diesmal kam er vom Krankenhaus nicht nach 24 Stunden nach Hause, sein Körper war stark geschwächt. Es war ein anderes, sehr ruhiges Weihnachtsfest. Gustl lag auf der Couch, zu schwach um an den Familienessen teilzunehmen, schlief nahezu den ganzen Tag. Ich bemühte mich in den Stunden, in denen er nicht schlief, Optimismus zu verbreiten, schob seine Schwäche auf die Chemotherapie und versicherte stets, dass es wieder besser werde. Stundenlang saß ich an seiner Seite und ließ ihn spüren, dass ich bei ihm bin, dass er das alles nicht allein durchstehen müsse.

Wenige Tage später teilte das Krankenhaus mit, dass die Chemotherapie nicht den gewünschten Erfolg gebracht habe und auf Grund des körperlichen Gesamtzustandes von weiteren Be-

handlungen abgeraten werde. Eine niederschmetternde Nachricht. Hunderte Gedanken schwirrten in meinem Kopf, vor allem aber, wie wird es weitergehen. Gustl sollte das Gefühl haben, dass es wieder aufwärts gehen würde und dafür brauchten wir Ziele. Gemeinsam setzten wir uns drei davon. Erstens im Juni einige Tage nach Italien zu fahren. Diese Tage waren für meinen Mann stets der Start in den Sommer, so sollte es auch dieses Jahr sein.

Unser zweites Ziel war sein 80. Geburtstag. Lange schon plante er ein großes Fest für Familie und Freunde. Ich beschloss, dass es auch stattfinden sollte, wenn er auch nur irgendwie körperlich dazu in der Lage sein würde.

Das dritte Ziel war, im Sommer auf das Segelboot gehen zu können. Er hatte sich im vergangenen Jahr ein Größeres gekauft und so viel Freude damit. Auch diesen Sommer sollte er wenigstens einige Tage auf seinem Boot verbringen können.

Es war nicht einfach, die gesetzten Ziele zu erreichen, manchmal wollte er aufgeben, doch gerade an den Tagen, die nicht so gut liefen, ließ ich ihn kaum alleine, bemühte mich sein Lieblingsessen zu kochen, besorgte Zeitschriften, die ihn besonders interessierten, plauderte stundenlang mit ihm über unsere Söhne, unsere Enkelkinder.

Irgendwann fragte er mich, ob er sterben müsse. Ich dachte nicht lange nach und antwortete ihm, ja, alle müssen wir sterben, nur wann, das wissen wir nicht, es könnte am nächsten Tag sein oder erst in ein paar Jahren, niemand könne

dies sagen. Ich schloss mit den Worten, dass wir beide noch einiges zusammen geplant hätten und aus diesen Gründen derzeit sterben absolut keine Option sei. Eines Nachmittags fragte er mich auch, wann er denn wieder ins Krankenhaus müsse. Ich erklärte ihm, dass die Chemotherapie abgeschlossen sei und in nächster Zeit keinerlei Termine im Krankenhaus vereinbart sind. Sein „Gott sei Dank nicht mehr ins Krankenhaus“ klang sehr erleichtert.

Am 1. Juni 2018 feierten wir seinen 80er mit Familie und Freunden. Es war ein sehr schönes Fest, manchmal ein wenig traurig, aber ich schob den Gedanken, dass es der letzte Geburtstag für meinen Mann sein sollte, weit weg. Nach der Feier saß ich noch lange an seinem Bett, sah wie glücklich und zufrieden er war. Er dankte mir, dass ich ihm diesen Abend ermöglicht hatte und sagte, dass er es ohne mich niemals geschafft hätte, diese Zeit zu überstehen.

Seine große Dankbarkeit für alle Gesten, Worte und Bemühungen machten es mir noch leichter, alles für ihn zu tun, was in meinen Möglichkeiten lag. Ich wollte meinen Mann festhalten, noch lange nicht loslassen.

Was niemand aus dem Freundeskreis geglaubt hatte trat ein, im Juni ging es nach Italien. Er genoss vormittags auf dem großen Balkon von einer bequemen Liege aus auf den Strand und das Meer zu blicken, gemeinsam mit Freunden zu essen, nachmittags im Café Cappuccino zu trinken. Es war schön zu sehen, wie glücklich er war.

Der Sommer kam und wir schafften es im Juli erstmals auf sein Segelboot. Im Schutz des Sonnendaches, auf weichen Pölstern sitzend, genoss er die Fahrt auf dem Attersee. Sein Lächeln bleibt mir unvergesslich. Mehrmals erlebten wir solche Nachmittage am See, aber mit fortschreitendem Sommer wurde es immer mühsamer für Gustl, aufs Boot zu kommen.

Dennoch, wir hatten es geschafft, alle drei Ziele hatten wir erreicht, mit viel Zuspruch und Motivation.



Letzter gemeinsamer Ausflug im Oktober zum Traunsee

Im Herbst ließen Gustls Kräfte sichtbar nach, sein Appetit wurde bedeutend weniger, Gehen immer anstrengender. An einem der letzten schönen Herbsttage im Oktober fuhren wir mit ihm zum Traunsee, wo wir auf einer schönen Restaurantterrasse die warmen Sonnenstrahlen und den herrlichen Blick auf den Traunstein genossen. Es sollte unser letzter gemeinsamer Ausflug sein. Ende Oktober, im Zuge eines Gespräches mit dem betreuenden Arzt teilte mir dieser mit, dass Gustl nun in der letzten Phase seines Lebens sei. Er werde alles tun, damit er keinesfalls Schmerzen haben würde. Ich sorgte für den Wohlfühlfaktor, angenehmes Licht, seine Lieblingsmusik im Hintergrund, angenehme Temperatur, an seiner Seite zu sein, ihn berühren, leise mit ihm zu sprechen.

Es war eine sehr stille Zeit, meistens lag mein Mann sehr ruhig in seinem Bett, lächelte nach wie vor, wenn ich bei ihm saß, hielt meine Hand, hörte meinen Erzählungen zu, manchmal sprach ich gar nicht, hielt ihn nur fest und zeigte ihm durch zärtliche Berührungen, dass ich bei ihm war. Bis er wieder sehr ruhig in den Schlaf versank. Mehr konnte ich leider nicht mehr für ihn tun. Ich war bei ihm, nahezu jeden Augenblick. Ich

bin sehr dankbar, dass ich auch an seiner Seite gewesen bin und ihn liebevoll festhalten konnte, als er seinen letzten Atemzug getan hatte.

Bald ist es zwei Jahre her, dass Gustl verstorben ist. Nach wie vor ist er in vielen Gesprächen mit Familie und Freunden sehr präsent. Oft erinnern wir uns an gemeinsame Erlebnisse und können wunderbar lachen.

Ich habe sehr oft das Gefühl, dass mir mein Mann sehr nahe ist, immer wenn ich in dem Raum bin, in dem er seine letzten Wochen verbrachte, oder wenn ich mein Lieblingsbild betrachte, das er vor vielen Jahren malte.

Aber besonders wenn ich im Sommer mit seinem Segelboot hinaus fahre auf den See habe ich das Gefühl, er ist bei mir, achtet darauf, dass mir nichts passiert, dass ich auch wieder gut in den Hafen zurückkomme. Wo immer er auch ist, ich glaube er schaut mit einem Lächeln herunter und freut sich, dass ich sein geliebtes Segelboot weiter nütze. Und wenn an manchen Spätnachmittagen der See zu glitzern beginnt und sich diese wunderbare beruhigende Stimmung über den See senkt, die Gustl so sehr gefallen hat, dann habe ich das Gefühl, dass er bei mir sehr nahe ist.



Claudia Glössl, MAS MSc  
Ehrenamtliche  
Mitarbeiterin  
der Hospizbewegung  
Wels-Stadt/Land

## „Ich bin bei dir“ – eine spirituelle Sicht aus islamischer Perspektive

**„Ich bin bei dir“ ist ein einfacher Satz, der viel beinhaltet. Was bedeutet das „Ich bin bei dir“ nun tatsächlich? Wer ist bei wem? Und wie ist jemand bei wem? Sprechen wir von einer tatsächlichen Begegnung face-to-face, einer digitalen Begegnung oder einer spirituellen? Eigentlich sind das viele Fragen für einen einfachen Satz. Diesem wollen wir gemeinsam nachspüren.**

Im Zusammenhang mit Spiritualität wird häufig von Gott gesprochen. In den drei abrahamitischen Religionen, Judentum, Christentum und Islam, wird vermittelt, dass Gott immer da ist, bei uns ist und es einen Dialog zwischen Menschen und Gott gibt. Gott sieht alles, kennt alles und vor allem Gott weiß alles von uns, egal wohin wir gehen und was wir tun.

Die Heiligen Schriften, Tora, Bibel und *Qur'an*, sind Urkunden des Glaubens und Basis für die jeweilige Religion. Sie sind in unterschiedlichen Kontexten – räumlich und zeitlich – entstanden. Ihre Schriften wurden zu verschiedenen Zeiten verschriftlicht. Es gibt Gemeinsamkeiten und Unterschiede. Manche Geschichten gleichen einander, aber ihre Narrative haben andersgeartete Zentren. Diese Vielfalt ist gut und richtig, denn wir können voneinander lernen.

Religiosität ist nicht zwingend mit Spiritualität gleichzusetzen bzw. umgekehrt. Europa hat sich mittlerweile in weiten Teilen zu einem säkularen Kontinent entwickelt und Religion spielt vielfach eine untergeordnete Rolle. Vernunft und Verstand beherrschen

Entscheidungen und Tun. Dennoch glauben viele Menschen und spüren Sinn- und Wertefragen nach, besonders in herausfordernden Situationen bzw. bei größeren Lebensabschnittsveränderungen.

Das Wort Spiritualität kommt aus dem Lateinischen *spiritus* und bedeutet Geist, Hauch bzw. *spiro*, ich atme. In der Spiritualität ist nicht logischer Verstand, Analyse und Ähnliches gefragt, sondern eine intensive, persönliche Auseinandersetzung auf einer sinnlichen, subjektiven Ebene. Oftmals sind es rational nicht erklärbare transzendente Wirklichkeiten, die erlebt werden, tranceähnliche Zustände, eingebettet in die Verbundenheit mit der eigenen Existenz. Dafür muss ich mich auf die Suche machen nach den bestimmenden Fragen, nach der eigenen Entwicklung. Im Islam steht die Hingebung an Gott an erster Stelle. Damit verbunden ist die persönliche Entwicklung, die sich an den Geboten orientiert. Der Bezugspunkt ist ein gottgefälliges und rechtschaffenes Leben mit vielen guten Taten bzw. Taten in der besten Absicht zu führen. Der Mensch ist immer für seine eigenen Handlungen und Taten verantwortlich. Er ist niemals für die Taten von anderen verantwortlich und niemand für die eigenen Taten. Der Mensch muss seine Handlungen am Ende des Lebens vor Gott verantworten. Gott richtet über das Leben und keiner sonst.

Die Beziehung zu Gott ist eine wichtige, denn Gott begleitet einen, ist immer da und im Gebet entwickelt sich ein Dialog zwischen dem Menschen und

Gott. Dies geschieht in den rituellen Pflichtgebeten, fünf Mal täglich (arab. *ṣalāt*) sowie persönlichen Bitt- und Dankgebeten (arab. *Du'ā'*). Die rituellen Pflichtgebete folgen bestimmten Abläufen und Bewegungen. Bitt- und Dankgebete tun dies nicht. Sie sind frei in der Wortwahl, vielfach werden koranische Texte und Auszüge aus den Überlieferungen des Propheten genutzt. Im Islam wird die Spiritualität als Brücke zwischen dem Menschen, der sich zu entwickeln hat, und Gott gesehen. Vielfach wird dabei der mystische Islam, der Sufismus, angesprochen.

Der Sufismus (arab. *taṣawwuf*) kann mit einer spirituellen Reise gleichgesetzt werden. Sie ist Teil einer tieferen inneren Entwicklung, die der Sufi mit Disziplin und Anstrengung erreicht. Im sufischen Handbuch des 11. Jahrhunderts werden die einzelnen Etappen der spirituellen Reise beschrieben.

- Die Liebe (arab. *maḥabba*) ist die Antwort auf die Liebe Gottes.
- Die Anrufung Gottes (arab. *dikr*). Dabei wird versucht, sich ständig an Gott zu erinnern. Das Erinnern kann über die Sprache und das Herz geschehen. Sie ist die dritte Form des Gebetes.
- Das Vertrauen (arab. *tawakkul*) darauf, dass es gut ist, was Gott einem gewährt und der Versuch, damit das Auslangen zu finden.

Das sind einige Etappen des spirituellen Weges, den ein Sufi beschreitet (Lohler 2008: 156). Die Wege dorthin sind verschieden.

Die vielleicht wichtigste Glaubenspraxis ist die Anrufung Gottes, die den Sufi

ein Leben lang begleitet. Der *dīkr* wird allein und in der Gruppe praktiziert. In der Gruppe wird der *dīkr* oft von Gesang, Musik (z.B. mit Trommeln) oder Tanz begleitet. Weltbekannt sind die tanzenden und sich drehenden Derwische des *Mevlevīya* Ordens oder die *qawāl*-Sänger aus Pakistan (Lohlker 2008: 158).

Ein *dīkr*-Abend mit Trommeln und Gesang ist ein besonderes Erlebnis. Es gleicht einem transzendenten Zustand im Gleichklang in der Gruppe, der miteinander verbindet. Es ist eine Lobpreisung Gottes, die gleichzeitig Energie und Liebe freisetzt. Es ist mit Worten kaum zu beschreiben, welches Kraftfeld dabei entwickelt wird. Es ist ein Aufgehen in der Gruppe, allein und in der Beziehung zu Gott.

Der angesehenste Vertreter und Gründer des *Mevlevīya*-Ordens ist *Dschalāl ad-Dīn ar-Rūmī*, kurz Rumi genannt. Er lebte im Mittelalter und war ein persischer Sufi-Mystiker, islamischer Gelehrter und großer Dichter.



Sufi im Tanz

Quelle pixabay.com

*„Achte gut auf diesen Tag, denn er ist das Leben, das Leben allen Lebens.*

*In seinem kurzen Ablauf liegt alle seine Wirklichkeit und Wahrheit des Daseins, die Wonne des Wachsens, die Größe der Tat, die Herrlichkeit der Kraft.*

*Denn das Gestern ist nichts als ein Traum und das Morgen nur eine Vision.*

*Das Heute jedoch, recht gelebt, macht jedes Gestern zu einem Traum voller Glück*

*und jedes Morgen zu einer Vision voller Hoffnung.*

*Darum achte gut auf diesen Tag.“*

(Rumi)

Eingebettet in den Sufismus ist neben der großen persischen Dichtkunst, Musik und Tanz und die Philosophie. Philosophie, Dichtkunst, Musik und Tanz setzen sich mit theologischen und ethischen Themen auseinander. Sie hinterfragen, bringen Lösungen und (neue) Sichtweisen zutage. In weiterer Form ist die Poesie auch eine Form der Interpretation des *Qur'āns*. In der Auseinandersetzung wird mit der Poesie in der Sprache gespielt und diese ist im Persischen blumig und reichhaltig. Übersetzungen können ihr nur zum Teil gerecht werden. Einen weiteren Ausdruck des Sufismus finden wir in Zeichnungen (Kalligraphie, Mosaiken) und Gemälden.

Rumis Botschaften, die in seiner Poesie und Aussagen deutlich werden, gründen sich unmittelbar auf den *Qur'ān*. Seine Botschaften sind unter anderem:

- Das Göttliche ist allgegenwärtig.
- Der Mensch lebt von Gott und zu ihm kehren wir zurück.
- Der liebende Sufi entdeckt Gott überall, wenn sein Herz offen dafür ist.
- Das Leben im Diesseits wird durch die Schönheit des Lebens geprägt.
- Jedes Geschöpf, egal ob Tier, Pflanze oder Mensch, egal welcher Welt- und Glaubensanschauung, ist wichtig und wertvoll.
- Der liebende Sufi sehnt sich nach Gott, unserem Ursprung. Diese Sehnsucht hilft uns am Ende des Lebens die irdischen Güter sowie unsere Liebsten loszulassen.



Der großen Meister Rumi

Quelle: <https://www.thefamouspeople.com/profiles/rumi-20.php#myCarousel> [Abruf 26.10.2020]

- Die Hinwendung zur Vollkommenheit lässt uns Heilige und Propheten, unabhängig vom Islam, verstehen (Bürgel 2015: 24-25).

Diese Botschaften sind, verglichen mit Judentum und Christentum, sicherlich nicht überraschend. Sie sind zusätzlich wertvolle Bausteine in der Verständigung zwischen den Menschen der verschiedenen Religionen und bauen Brücken im Dialog.

Spirituelle Menschen sind vielfach Menschen, die eine gute innere Verbindung mit sich selbst haben bzw. sich genau auf diese Reise machen. Ein Mensch kann spirituell sein, gläubig und fromm und dennoch mit beiden Beinen mitten im Leben stehen, das eine schließt das andere nicht aus. Es ist eine Ergänzung und kein Ausschluss.

*„Am Tag des Urvertrages sprach der Liebste leise noch ein Wort;*

*doch keiner ist, der es vermag.*

*Dies Wort zu rufen in den Sinn.*

*Er sprach: Um meine Glut zu still'n,*

*erschuf ich Dich, um meinetwill'n.*

*Was ich erschuf, schenk ich nicht hin,*

*verkauf es nicht um Höchstgewinn!*

*Ich sprach zu ihm: Ich bin der Seelen Ziel!*

*Ich sprach: Sag nun auch, wer ich bin?*

*Er sprach: Du bist des Zieles Ziel!“*

(Bürgel 2015: 33)

#### Literatur

Bürgel, Johann Christoph, et al. (Hrsg.) (2015): Gedichte aus dem Diwan, 3. Auflage, München: CH Beck

Lohlker, Rüdiger (2008): Islam Eine Ideengeschichte, Wien: Facultas



Raphaela Andorfer,  
Bakk.phil.  
Studentin  
Green Marketing

## Mein virtuelles Beileid

Was früher die gekaufte Karte zur Beileidsbekundung war, ist heute ein letzter Kommentar auf Instagram. Freunde teilen die schönsten Erinnerungen, die lustigsten Fotos und letzten Worte an die verstorbene Person. Auf Facebook finden sich Gruppen für Angehörige von Verstorbenen, in denen die Trauernden ihre Gefühle austauschen und sich gegenseitig Halt geben können. Das Trauern ist dank Digitalisierung aus seinem dunklen kleinen Zimmer ausgebrochen und in die große helle Online-Welt eingezogen.

Wenn ich an das Trauern denke, dann denke ich an zugezogene Vorhänge, dunkle Räume, traurige Musik, weinende Angehörige und endlose Zeit alleine. Man trauert für sich. Man trauert im Stillen. Man trauert hinter verschlossenen Türen. Was man selten sieht, sind Personen, die öffentlich trauern. Warum der Trauer-Prozess verhältnismäßig wenig in unserem täglichen Leben thematisiert wird, ist mir persönlich schleierhaft. Meine Generation verbringt einen großen Teil ihres Lebens in Sozialen Medien wie Facebook, Instagram und Co. Was dort geteilt wird? Alles. Die Sozialen Netzwerke sind für manche ein offenes Tagebuch. Thematisiert wird die große Liebe, die Verlobung, die Hochzeit und die Schwangerschaft. Das sind natürlich die positiven und schönsten Momente, die man gerne in die Welt hinaus schreit. Aber was ist mit dem großen Trennungsschmerz, der Scheidung, dem Verlust des Kindes oder des Partners? Auch diese un schönen Aspekte des Lebens finden in den

Sozialen Netzwerken ihren Platz. Neben Hochzeitsbildern fügt sich nahtlos der Nachruf über ein verstorbene Familienmitglied ein. Die Sozialen Netzwerke sind ein frei gestaltbarer Platz, an dem auch immer mehr kritische und un schöne Themen angesprochen werden. Man möchte jetzt vielleicht nachfragen: warum? Warum gehst du mit dem Tod deiner Partnerin so offen im Internet um? Warum teilst du ein Bild deines verstorbenen Babys? Sind diese Dinge nicht fehl am Platz in einer glattgebügelt Welt voller perfekter Momente? Nein, genau deswegen gehören diese Momente der Trauer auch in die Sozialen Netzwerke. Es ruft uns allen wieder ins Gedächtnis, dass der Verlust und die Trauer kein Einzelschicksal sind, sondern wir alle früher oder später damit konfrontiert werden.

Vor mehreren Jahren ist eine sehr junge Person in meiner Umgebung unerwartet verstorben. Ich selbst hatte keine persönliche Beziehung zu dieser Person und kannte lediglich gemeinsame Freunde. Über die Sozialen Netzwerke gewann ich nicht nur einen Einblick in das gelebte Leben der verstorbenen Person, sondern auch in die darin enthaltenen Leben. Familie und Freunde teilten die gemeinsamen Erlebnisse, die schönsten Fotos und verabschiedeten sich ein letztes Mal; und das alles online für alle sichtbar. Als außenstehende Person war dies einerseits extrem interessant und andererseits irritierend, war es doch so unüblich. Was mir zuerst wie ein Eindringen in eine verbotene Welt erschien, entpuppte sich als lehr-

reiche Feststellung: So individuell das Trauern für jeden von uns ist, wir alle suchen letztendlich nach Trost, Linderung und Halt in dieser schweren Zeit. Und wenn wir schon alle online unser Leben preisgeben und uns über das schmackhafteste Kuchenrezept und den perfekten Lidstrich austauschen, warum dann nicht auch über das Trauern und den Tod? Egal ob engste Vertraute oder unbekannte Gesichter, dank des Algorithmus der Sozialen Medien kann jeder auf solche Beiträge und Seiten stoßen. Aus dieser offenen Kommunikation können beide Seiten etwas mitnehmen. Für die Betroffenen sind es oft die tröstenden Worte, die Mut in der aussichtslosen Zeit machen. Oder man findet Gleichgesinnte, die ähnliche Schicksalsschläge bereits überstanden haben oder kurz davor sind. Über den Tod und die Trauer können ebenso Freundschaften entstehen wie über den selben Musikgeschmack. Dafür muss es einfach nur thematisiert und angesprochen werden.

Es wird aber nicht nur online getrauert, es wird auch online gestorben. Personen, die schwer oder unheilbar krank sind, teilen ihren Alltag mit dem Tod. Das mag auf den ersten Blick makaber klingen und unterscheidet sich doch extrem von den üblichen Inhalten wie Katzenvideos. Es muss sich aber nicht unangenehm und ungewohnt anfühlen. Denn der offene Umgang mit dem bewussten Schicksal kann einen extremen Mehrwert mit sich bringen. Für die betroffene Person ist es oftmals ein Ventil und eine Art der Bewältigung des un-



ausweichlichen Schicksals. Für die Beobachter eine Art Einsicht in den Alltag einer sterbenden Person. Man bekommt Einblicke, die einem normalerweise verwehrt bleiben, außer man ist persönlich davon betroffen. Das kann natürlich zu Beginn etwas unangenehm sein. Wer sieht normalerweise auch schon jemandem absichtlich dabei zu, wie es ihm oder ihr von Tag zu Tag schlechter geht, wie jemand einen Rückschlag erleidet und wie jemand erfährt, dass er oder sie nicht mehr viel Zeit hat? Die erkrankten Personen und ihre Angehörigen sind mit ihren Problemen oftmals alleine. Umso wichtiger wäre aber die soziale Einbindung der Betroffenen, die leider häufig fehlt. Betroffene Personen verlieren in der Regel mit einem solchen Schicksal automatisch soziale Kontakte und sozialen Austausch. Familie und Freunde sind beispielsweise überfordert, fühlen sich unwohl mit der Gesamtsituation und ziehen sich zurück. Es kann auch gesundheitliche Gründe geben, warum die Person zu ihrem eigenen

Besten abgeschottet werden muss. Der soziale Austausch verringert sich oftmals schlagartig, was eine zusätzliche Belastung neben der Erkrankung darstellt. Die Digitalisierung bietet für genau das eine Lösung: Unabhängig von Zeit und Ort wieder sozialen Anschluss zu finden. Natürlich ist es kein vollwertiger Ersatz, aber es ist eine Chance, die ergriffen werden kann. Die Trauer in der Welt der Sozialen Medien ist wie eine Art Selbsthilfegruppe – nur online. Denn neben den Betroffenen tauschen sich auch die Angehörigen online über den Schicksalsschlag aus. Wie gehst du damit um, dass deine Partnerin sterben wird? Was tust du an den schlechten Tagen? Wie komm ich möglichst glimpflich durch diese unvorstellbare Zeit?

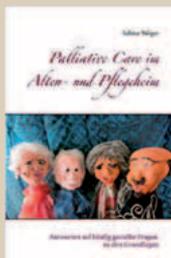
Die Digitalisierung ermöglicht es uns wie nichts Anderes, in den direkten Austausch mit so ziemlich jedem oder jeder zu treten. Eine Möglichkeit, die nicht nur für Kochrezepte und Beautytipps genutzt werden sollte, sondern eben auch für den Tod und für die Trau-

er. Die Digitalisierung und die damit entstandenen Möglichkeiten sollten als Chance für die schönen und schwierigen Themen gesehen werden. Und auch wenn auf Social Media oft der Eindruck entsteht, dass alle eine perfekte Beziehung und ein sorgenfreies Leben führen, dürfen wir nicht vergessen, dass das alles nur ein klitzekleiner Auszug eines Lebens ist. Wir alle gehen durch schwierige Phasen, durch Phasen der Traurigkeit und Trauer. Also lasst uns drüber sprechen. Wenn schon nicht persönlich, dann zumindest virtuell. Um uns allen wieder ins Gedächtnis zu rufen, dass die Trauer keinen Halt vor irgendjemandem macht, sondern für uns alle früher oder später Realität werden wird. Wir können die Chance der digitalen Vernetzungen für unsere schwächsten Momente nutzen. Niemand, der nicht will, muss mehr alleine sein. Virtuell können wir uns alle beistehen und das unabhängig von Zeit, Ort und Kultur. Du bist niemals allein, wir alle sind jederzeit bei dir.

## Literaturtipps

### Palliative Care im Alten- und Pflegeheim: Antworten auf häufig gestellte Fragen zu den Grundlagen

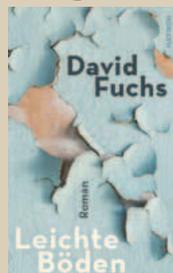
Sabine Wöger, 204 Seiten,  
Herausgeber BOD, 2020



*Inhalt:* Dieses Buch entstand infolge der 20-jährigen Projektarbeit der Autorin in oberösterreichischen Alten- und Pflegeheimen zum Thema „Hospizliche und palliative Sorge um alte Menschen“. Es orientiert sich an häufig gestellten Fragen von geriatrisch Pflegenden zu den Grundlagen von Palliative Care. Beispielsweise werden die Themen „Interdisziplinarität“, „totaler Schmerz“, „Angehörigenbegleitung“, „Rituale“, „Sterben“, „Ethik“ und „Recht“ erläutert. In der Altenpflege Tätige erfahren Ermutigung, ihrer Berufung treu zu bleiben, verfügbare Möglichkeiten für die palliative Pflege der Bewohnenden und für eine respektvolle Begleitung der Angehörigen auszuschöpfen, allen Hindernissen zum Trotz. Ferner soll die Bedeutung der Sorge um die eigene Psychohygiene und des Zusammenhalts im Team gestärkt werden. Die Lesenden erhalten eine hilfreiche und praxisorientierte Handreichung für die palliative Altenpflege.

*Autorin:* Sabine Wöger ist Tiefenpsychologin, Psychotherapeutin mit logotherapeutischer und existenzanalytischer Ausrichtung, Gesundheitswissenschaftlerin, akademische Lehrerin für Gesundheits- und Pflegeberufe, sowie diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester. Weitere Themen ihres beruflichen Wirkens bilden Palliative Care und Bildungswissenschaften mit Schwerpunkt Erwachsenenbildung.  
www.sabinewoeger.at

### Leichte Böden, Roman David Fuchs, 208 Seiten, Haymon Verlag, 2020



*Inhalt:* Schon vor Jahren hat Daniel sein Heimatdorf verlassen. Nun kehrt er für einen Besuch bei seinen Verwandten zurück: Heinz kann nach einer Krebserkrankung

nur noch mit Hilfe eines Sprachcomputers kommunizieren, Alfred ist dement. Der Alltag eine Bürde, nur am Laufen gehalten von der rüstigen, aber überforderten Klara. Daniel setzt sich in den Kopf, ihr Leben zu verbessern. Damit bricht er in einen sensiblen Kosmos ein, in dem man sich daran gewöhnt hat klarzukommen – miteinander, mit den täglichen Herausforderungen, ganz ohne fremde Hilfe. Der Konflikt spitzt sich zu, als Daniel erkennen muss, dass vieles von dem, was er als Kind als Idylle wahrgenommen hat, in Wahrheit alles andere als idyllisch ist ... In pointierter Sprache und bestechenden Bildern hält David Fuchs eine substanzielle Frage unserer Zeit fest: Wie kann man verantwortungsvoll Hilfe anbieten, ohne Menschen im Alter die Autonomie zu rauben?

*Autor:* David Fuchs, geboren 1981 in Linz, ist Autor, aber auch Arzt. Als Onkologe und Palliativmediziner arbeitet er in Linz, als Autor hat er die Leondinger Akademie für Literatur absolviert. 2018 erschien mit „Bevor wir verschwinden“ (Haymon) sein Debüt-Roman, der mehrfach ausgezeichnet wurde: 2016 mit dem FM4-Wortlaut für einen Auszug, 2018 stand er auf der Shortlist für den Österreichischen Buchpreis Debüt und errang den 2. Platz des Bloggerpreises „Das Debüt“. Darüber hinaus erhielt

David Fuchs 2018 den Feldkircher Lyrikpreis sowie den Alois Vogel Literaturpreis. 2020 folgte sein neuer Roman „Leichte Böden“.

### Resilienz und Krisenkompetenz Kommentierte Fallgeschichten Rosmarie Welter-Enderlin, 2. Auflage, 2015, Verlag Carl-Auer

Resilienz ist die Widerstandsfähigkeit, den Stürmen des Lebens zu trotzen und sie zu bewältigen. Das Buch Resilienz und Krisenkompetenz beinhaltet Theorie und Praxis in Form von Fallgeschichten. Die Fallgeschichten spannen einen weiten Bogen. Eine Fallgeschichte erzählt über die Bedeutung von Spiritualität in der Auseinandersetzung mit Krankheit und Tod. Dies ist in derartigen Fachbüchern selten zu finden und macht es schon alleine deswegen zu einem besonderen Fachbuch.

### Verlust, Trauma und Resilienz Die therapeutische Arbeit mit dem „uneindeutigen Verlust“ Pauline Boss, 2008, Klett-Cotta

Wenn Angehörige Opfer eines Krieges, einer Naturkatastrophe, eines unaufgeklärten Verbrechens oder sie vermisst werden oder als Alzheimerkranke in einer anderen Welt leben, wird von uneindeutigem Verlust gesprochen. Angehörige haben hier nicht die Chance auf einen bewussten Abschied und das Begreifen des Todes. Resiliente Menschen finden dennoch einen guten Weg ins Leben zurück. Diese Menschen lenken ihren Blick auf Stärken und Ressourcen. Sie interagieren mit dem Erlebten und der Uneindeutigkeit. Sie beseitigen sie nicht, aber sie lernen sie zu akzeptieren und daraus Kraftvolles zu ziehen. Daher ist dieses Fachbuch ein durchaus alltagstaugliches Buch.

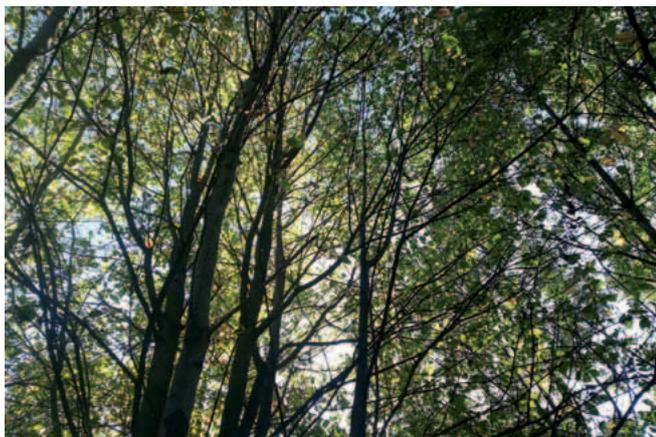


Mobiles Hospiz  
Palliative Care

**Caritas**

Braunau

## Abschied und Neubeginn



Die letzten Monate seit Beginn der Corona-Krise waren für das Mobile Hospizteam eine ganz besondere Herausforderung. Da der direkte persönliche Kontakt zu den von uns betreuten Menschen über viele Wochen nicht beziehungsweise nur sehr eingeschränkt möglich war, mussten andere Wege des in Verbindung-Bleibens gefunden werden. Dies gelang durch regelmäßiges Telefonieren und vielfältige Unterstützung, indem beispielsweise kleine Erledigungen übernommen und bis vor die Haustüre gebracht wurden.

Der direkte Kontakt wurde von allen sehr vermisst.

Danke an unsere haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen für ihren Einsatz in dieser schwierigen Zeit. Um den derzeit stark ansteigenden Bedarf an Hospizbegleitungen auch zukünftig gut abdecken zu können, bauen wir unser ehrenamtliches Team weiter aus. Bei Interesse kontaktieren Sie uns bitte unter der Telefonnummer 0676/8776-2486 – wir stehen gerne für ein persönliches Gespräch zur Verfügung.

Zwei Mitarbeiterinnen trafen die Entscheidung, ihre berufliche Tätigkeit zugunsten ihrer Kinder zukünftig einzuschränken und ihre Arbeit im Hospizteam zu beenden. An dieser Stelle ein ganz herzliches Danke an Gabriele Mak-Wöckl und Christine Weitenhillinger für ihr engagiertes Wirken im Hospizteam und alles Gute für sie und ihre Familien.

Unsere Hospizteamleitung Frau Kerstin Hartnagl ist bis Ende dieses Jahres in Karenz und plant ab Jänner wieder eine Rückkehr ins Hospizteam. Wir freuen uns mit ihr über den Familienzuwachs und wünschen ihr alles Liebe und Gute.

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

Mobiles Hospiz  
Palliative Care

**Caritas**

Linz, Linz-Land, Urfahr-Umgebung

## Auf zu neuen Ufern

Unsere liebe Kollegin Elisabeth Haas-Brandl nahm eine neue berufliche Herausforderung an. Oft fällt einem ein interessantes Betätigungsfeld oder eine neue Aufgabe sprichwörtlich vor die Füße. Um sich dem neuen Wirkungskreis widmen zu können, hat sie unser Hospizteam mit Ende August verlassen. Wir wünschen ihr alles erdenklich Gute in ihrem neuen Arbeitsfeld und bedanken uns für ihr engagiertes und herzliches Wirken im Hospizbereich. Unser Kollege Thomas Gabauer wird ihren Aufgabenbereich übernehmen.

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



Mein Name ist Thomas Gabauer und ich verstärke seit März 2020 das Leitungsteam des Mobilen Hospizteams Linz, Linz-Land und Urfahr-Umgebung. Ich darf mich als stolzen Vater zweier Kinder und glücklich verheirateten Ehemann beschreiben, der seinen Wunschtraum vom eigenen Haus mit Garten verwirklichen konnte.

Durch meine bisherigen Tätigkeiten bringe ich verschiedenste Kompetenzen und Erfahrungen für mein neues berufliches Betätigungsfeld mit. Ich war langjährig als Notfallsanitäter in Linz tätig und absolvierte ein Sozialarbeiterstudium in Wien, ein Langzeit-Praktikum in Indien und ein Auslandssemester in Berlin. In Folge war ich viele Jahre als Sozialarbeiter in der Kinder- und Jugendhilfe und als Führungskraft im Bereich der fachlichen Qualitätssicherung und der Begleitung von Mitarbeiter\*innen bei schwierigen Aufgabenstellungen tätig.

Ich freue mich, im Mobilen Hospizteam Menschen in herausfordernden Lebenssituationen begleiten und in ihren Bedürfnissen und Anliegen unterstützen zu dürfen.

Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

Linz, Linz-Land, Urfahr-Umgebung,  
Rohrbach

## Neu im Team



Mein Name ist Maria Steyrl. Ich bin 41 Jahre alt und lebe mit meinem 16-jährigen Sohn in Linz. In den letzten 18 Jahren habe ich im Ordensklinikum Linz Elisabethinen auf der Hämato-Onkologie-Abteilung und auf der Lungenabteilung gearbeitet. In beiden Fachbereichen war die Begleitung von schwerkranken Menschen in der letzten Lebensphase ein Teil

meines Aufgabenbereiches.

Seit Anfang Juli bin ich nun beim Mobilem Palliativteam tätig. Ich sehe es als eine große Herausforderung, Menschen in ihrem Zuhause in der letzten Lebensphase begleiten zu dürfen. Mit Freude und Respekt nehme ich meine Aufgabe wahr.

## Komplementäre Pflege

Bei einer auf Heilung ausgerichteten Behandlung wird dem schulmedizinischen Ansatz meist vollstes Vertrauen geschenkt. Ist eine Heilung nicht mehr möglich, können die Erwartungen nicht erfüllt werden und führt dies zu Enttäuschung.

Durch die Weiterbildung in der komplementären Pflege nach § 64 des GuKG bin ich dabei, für mich, das Mobile Palliativteam und die zu begleitenden Familien komplementäre Möglichkeiten kennenzulernen. Diese ergänzen und unterstützen konventionell ausgerichtete Pflege. Beispielsweise kann die begleitende Anwendung von Phytopharmaka (Arzneimittel pflanzlichen Ursprungs) Symptome verringern, Nebenwirkungen reduzieren und die Wirkung von Medikamenten verstärken. Mit meinem bereits erworbenen Fachwissen kann ich Betroffene bzgl. komplementärer Anwendungen beraten. Dies bringt den betreuten Patient\*innen und deren Familien Lebensqualität und die Möglichkeit, „Selbst etwas tun zu können“.

*DGKP Karin Zimmerbauer*

Mobiles Hospiz  
Palliative Care  
**Caritas**

Rohrbach

## Würdiges Abschiednehmen



Seit 2013 bin ich als ehrenamtliche Mitarbeiterin des Mobilem Hospizteams Rohrbach tätig. In dieser Zeit durfte ich viele wunderbare Erfahrungen bei verschiedenen Begleitungen schwerkranker und sterbender Menschen machen. Jede Einzelne war für mich eine unbeschreibliche Bereicherung.

Die Corona-Zeit hat auch uns in unserer Tätigkeit eingeschränkt. So blieb für uns oft nur die Möglichkeit eines Telefonkontaktes mit den Angehörigen, wenn sich – wie auch in meiner Begleitung – die Patient\*innen mit Worten nicht mehr ausdrücken konnten.

Anfang August wurde einer von mir begleiteten Familie vom Arzt mitgeteilt, dass der Lebensweg der Patientin nur noch sehr begrenzt ist. Tage später wurde ich von den Angehörigen über ihren Tod informiert. Gleichzeitig traten sie mit der Bitte eines gemeinsamen Verabschiedungsrituals an mich heran.

Auch unter Einhaltung der vorgegebenen Schutzmaßnahmen wurde es ein würdevoller und bewegender Abschied.

Es war für mich trotz der schwierigen Umstände eine berührende Begleitung. Da ich die Familie durch Vorgespräche bereits gut kannte, ist es mir gelungen, auf die Wünsche und Bedürfnisse gut einzugehen.

Aufgrund der Aus- und Weiterbildungen für ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen ist es uns möglich, in solchen schwierigen Momenten den Familien eine gute Stütze zu sein. Immer wieder zeigt sich, wie wichtig und wertvoll die ehrenamtliche Begleitung ist.

*Berta Singer*

Mobiles Hospiz  
Palliative Care

Caritas

Steyr, Steyr-Land, Kirchdorf

## Alles hat seine Zeit



Meine Tätigkeit beim Mobilem Hospiz in den vergangenen Jahren erfüllt mich mit tiefer Dankbarkeit und Demut. Das, was ich dabei gelernt habe, hat mein Leben verändert. Viele Menschen, die ich teilweise über längere Zeit betreut habe, sind mir sehr ans Herz gewachsen. Außerdem bin ich dankbar für die Freundschaften, die mit den anderen Hospizteammitarbeiterinnen entstanden sind. Ich habe mich immer sehr geborgen und wohl gefühlt.

*Hedi Oberlinninger*



Als Diplomkrankenschwester, längere Zeit auch als Pflegedienstleiterin in einem Alten- und Pflegeheim, sind mir die palliativen Grundsätze sehr wichtig geworden. So war es für mich naheliegend, nach meiner Pensionierung in der Begleitung im Mobilem Hospiz der Caritas ehrenamtlich tätig zu sein.

Ich habe unterschiedlichste Menschen mit ihren Lebensgeschichten kennengelernt und begleitet. Ich durfte viel geben – habe aber auch viel zurückbekommen. Dafür bin ich sehr dankbar. Dies hat auch meine Sicht auf manche Dinge verändert: beispielsweise dass Sterben Erlösung und der Tod ein friedvolles Heimgehen sein können. Es ist für mich nicht selbstverständlich, dass ich gesund bin,

gemeinsam mit meinem Mann alt werden und unsere Enkelkinder erleben darf.

*Marianne Wimmer*

Wir bedanken uns bei Hedi und Marianne für die vielen ehrenamtlichen Stunden, die sie unseren Patient\*innen geschenkt haben und wünschen ihnen noch viele schöne Jahre im Kreise ihrer Familie.

*DGKP Rosemarie Koller*

## Verstärkung im Palliativteam

Coronabedingt etwas verspätet, durften wir im Juli DGKP Martin Hotz bei uns im Mobilem Palliativteam begrüßen. Wir freuen uns über die Erweiterung unseres Teams und wünschen Martin viel Freude bei seiner neuen Tätigkeit!

*DGKP Rosemarie Roier*



Mein Name ist Martin Hotz und ich bin 47 Jahre alt. Ich bin seit 2004 verheiratet und wohne in Windischgarsten.

Meine Basisausbildung für Palliative Care habe ich im Kardinal König Haus in Wien absolviert. In den letzten drei Jahren durfte ich im Mobilem Palliativteam Liezen in der Steiermark als Diplomkrankenschwester erste wertvolle Erfahrungen in der mobilen Palliativbetreuung sammeln. Im Frühjahr 2020 entschied ich mich nach Oberösterreich zu wechseln.

Menschen in ihrer letzten Lebensphase und beim Sterben zu begleiten ist eine besondere Aufgabe bei der ich jeden Tag etwas Neues dazulerne. Ich denke, eine der größten Herausforderungen unserer Arbeit ist es, den Menschen möglichst in seiner Ganzheit wahrzunehmen und zu unterstützen.

Um nach der Arbeit abschalten zu können und „den Kopf frei zu bekommen“ gehe ich Laufen, Wandern, Radfahren und im Winter Skifahren.

Ich freue mich nun auf meine neuen Aufgaben im Mobilem Palliativteam Steyr, Steyr-Land, Kirchdorf und hoffe den Anforderungen im Team bestmöglich gerecht zu werden.

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.

Termin: 10. 2. 2021 – 25. 6. 2021 in 5 Modulen

Veranstaltungsort:

Erholungsheim der Elisabethinen am Freinberg,  
Kümbergerweg 10, 4020 Linz  
sowie Diözesanhaus, großer Saal, 4. Stock, Kapuzinerstr. 84,  
4020 Linz

### 2-tägiges Einführungsseminar Aromapflegebasis – Schwerpunkt Palliative Care

Termin: voraussichtlich Anfang Mai 2021, je 9:00 – 17:00 Uhr

### Aufbau-seminar: Gelebte Aromapflege in palliativen Betreuungssituationen

Termin: voraussichtlich Juni 2021, 9:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: noch offen

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

Weitere Veranstaltungen sind derzeit in Planung.

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)



### Informationsangebot

Bei Interesse an einer detaillierten Ausschreibung der oben angeführten Veranstaltungen bzw. an unseren Kursen und Seminaren kontaktieren Sie uns bitte unter:

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

# Herausfordernde Zeiten

Die letzten Monate haben viele Herausforderungen mit sich gebracht. Abschied und Neubeginn im Team und die bestmögliche Betreuung und Unterstützung unserer Familien während der Covid-19-Pandemie.

Frau Jacqueline Ployer, Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision, widmet sich seit April dem Abschluss ihrer Ausbildung und ist zu diesem Zweck in Bildungskarenz gegangen. Wir bedanken uns bei ihr ganz herzlich für die wertvolle Aufbauarbeit des psychosozialen Bereiches in unserem Team und wünschen ihr für ihren weiteren beruflichen und persönlichen Weg alles Gute.

### Neu im Team

Als Gesundheits- und Klinische Psychologin folgt ihr Frau Mag.<sup>a</sup> Vera Windischhofer im Team nach. Wir freuen uns sehr, dass wir mit Vera eine Kollegin bekommen haben, die schon viel praktische Erfahrung in Palliative Care mitbringt. Wir wünschen ihr viele berührende Begegnungen und Momente in der Arbeit mit unseren Familien.

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



Mein Name ist Vera Windischhofer und ich bin 32 Jahre alt. Seit Juni dürfen meine Therapiebegleithündin Koba und ich das Team des Kinderpalliativnetzwerkes im psychologischen Bereich verstärken.

Die Palliativarbeit war mir schon recht früh ein großes Anliegen. Umso mehr freute es mich, dass ich vor vier Jahren die Möglichkeit erhielt, im Erwachsenenpalliativbereich Fuß zu fassen. Meine Weiterbildung in Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie ebnete den Weg zur Arbeit mit Familien. Dieser lehreichen und wertvollen Zeit blicke ich gespannt entgegen. Ich bin sehr dankbar, dass ich trauernde Eltern sowie schwererkrankte und trauernde Kinder auf ihrem Lebensweg begleiten und unterstützen darf.



Hospizbewegung Gmunden

## Gestorben wird morgen

Zu einem Abend mit Filmvorführung und Gesprächsrunde zum Thema „WIE wollen WIR alt werden?“ lud die Hospizbewegung Freistadt alle ehrenamtlichen Mitarbeiter und Interessierte in die Lokalbühne Freistadt ein.

Unter anderem nahmen 20 Mitarbeiter und Vorstandsmitglieder der Hospizbewegung Freistadt an dieser tollen Veranstaltung unter Einhaltung der gesetzlichen Corona-Maßnahmen teil.

„Ein Dokumentarfilm, von Regisseurin Susan Gluth, der Lust auf das Alter macht und die Angst vor dem Sterben nehmen kann!“

Im Film wird ein Ort in Arizona gezeigt, der so wunderschön und friedlich ist, dass die Menschen dort hingehen, um zu sterben. Sun City ist eine Anlage, die speziell für Senioren konzipiert wurde, mit Palmen, Bungalows, blauem Himmel, roten Sonnenuntergängen, einer Fülle von Apotheken und extra breiten Straßen für eine bequeme Ausfahrt mit dem Golfwagen. Von uns aus betrachtet wirkt diese Stadt wie eine utopische Vision.

So erzählen die Bewohner im Film, was sie aus dem Leben gewonnen und verloren haben. Sie sprechen offen über die schmerzhaften Seiten des Alterns, aber auch über die Freude daran. Denn in einem Punkt sind sie sich einig: Es ist eine bewusste Entscheidung, glücklich zu sein!

Obwohl es für uns unvorstellbar ist, Familie und Freunde hinter sich zulassen. Um lange selbständig leben zu können, ist es für UNS wichtig, Familie und Freunde in unser Leben mit einzubeziehen.

Kann das Alter Glück sein? Ja, mit der richtigen Haltung und Einstellung!

Es tauchten dabei Fragen, wie: „Wie möchte ICH alt werden? Wie möchte ICH sterben?“ auf.

Themen, mit denen man sich zeitgerecht auseinander setzen sollte!

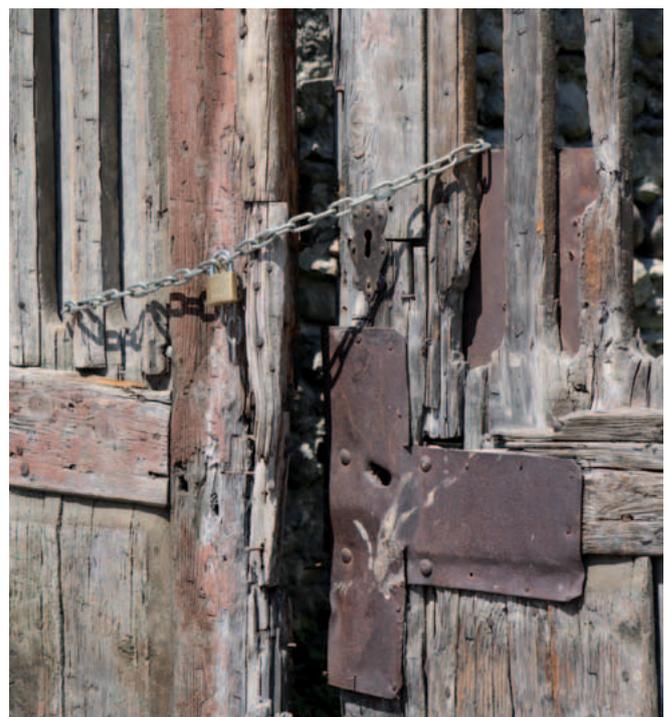
Dieses Thema wird sicher für viele gedanklich noch sehr lange nachwirken, und vielleicht auch den Blick auf das eigene Leben verändern!

## Coronamaßnahmen

All jene, die das erforderliche Praktikum zum Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung gerne an unserer Hospizeinrichtung in Gmunden absolvieren möchten, bitten wir um Verständnis. Auf Grund der steigenden Infektionszahlen durch Corona und diesbezüglich einzuhaltende Schutzmaßnahmen und Empfehlungen, haben wir – die Leitungsverantwortlichen – uns entschlossen, keine Praktika, zumindest bis Ende des Jahres 2020, anzubieten bzw. auszuführen. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis!

Besonders schwer fällt es uns Begleiter\*innen, die Hand nicht zu reichen. Heute sehen wir uns mit der Frage konfrontiert: Wohlmeinendes Ritual oder Ansteckungsgefahr? Wo doch manches Mal nicht mehr, aber auch nicht weniger, bewusst oder unbewusst, von Klient\*innen und ihren An- bzw. Zugehörigen gebraucht oder gewünscht wird. Die einfache Geste des Handreichens kann in Zeiten wie diesen etwas Großartiges und Besonderes bedeuten. Ein Zeichen der Wertschätzung und Würde, aber auch eines empathisch verbunden Seins und tröstlicher Berührung.

*Karin Zwirzitz*





## Trauer-Wanderung

Schon zu einer guten Tradition geworden sind die Trauer-Wanderungen, zu denen wir Angehörige von Verstorbenen einladen. „Ein Stück Weg gemeinsam gehen“ ist dabei das Motto. Auf dem Weg kommen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ins Gespräch und knüpfen Kontakte zu Trauerbegleiter\*innen und zu Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden.

Trauer bedeutet nicht nur eine starke emotionale Belastung, häufig spiegelt sie sich auch auf körperlicher Ebene wider. Dann kann Bewegung in der Natur helfen, sich selbst bewusst zu spüren und die Schönheit der Natur neu zu entdecken.

Die Wanderungen sind so angelegt, dass jede\*r mitgehen kann. Die Themen der persönlichen Trauer werden durch den Kontakt mit der Natur und durch Impulse zum Nachdenken aufgegriffen. An einem ausgesuchten Ort auf dem Weg schaffen ausgewählte Symbole und Texte mit einem kleinen Ritual eine besondere Atmosphäre. Durch die Wegführung ist Zeit und Raum für Gespräche und Gedankenaustausch. Die gemütliche Begegnung am gedeckten Tisch nach der Wanderung erleichtert und trägt.



Als Veranstaltung im Freien ist diese Begegnung auch „corona-tauglich“. Die positiven Rückmeldungen von Teilnehmer\*innen ermutigen uns, neue geeignete Wege zu suchen und inhaltliche Impulse zu gestalten: Es tut gut.

## Personelles

*„Wer glücklich sein will, braucht Mut! Mut zur Veränderung, neue Brücken zu bauen, alte Pfade zu verlassen und neue Wege zu gehen“.*

*Unbekannte Quelle*



Wir bedanken uns bei Andrea Lametschwandner für die einfühlsame und verantwortungsvolle Mitarbeit in unserem Verein und wünschen ihr für ihre Zukunft alles erdenklich Gute! Andrea war sechs Jahre lang als Koordinatorin der Ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen bei uns im Team und hat sich mit viel Herz und Gespür um die Anliegen der Ehrenamtlichen und die Bedürfnisse der zu betreuenden Personen gesorgt. Ihr stets offenes Ohr, ihre Umsicht und die Fähigkeit, mit Humor auch ernsten Situationen zu begegnen, machten sie zur allseits beliebten Kollegin. Andrea hat mit Juli 2020 den Mut zur Veränderung aus privaten Gründen aufgebracht und ihre Tätigkeit im Verein beendet.



## Personelles

Wenn sich Menschen, am richtigen Ort, zur richtigen Zeit begegnen, dann kann man sagen, „Glück gehabt“, „Es hat sich gut gefügt“ oder „Es war Zufall“. Für uns gibt es keine Zufälle!



Auf diesem für uns wunderbaren Weg konnten wir Verstärkung für unser Mobiles Palliativteam finden. DGKP Martin Sindelar hat mit September 2020 bei uns den Dienst angetreten. Martin verstärkt unser Team durch langjährige Erfahrung

im Extramuralen Bereich und in der Alten- und Langzeitpflege.

Er lebt mit seiner Familie im Bezirk Gmunden, woraus sich auch sein Hauptbetreuungsgebiet in der mobilen Palliativbetreuung ergibt.

Wir wünschen Martin alles Gute für seine neue Aufgabe und heißen ihn herzlich Willkommen!

## Generalversammlung

Ein Dankeschön ergeht an die helfenden Hände beim Einkuvertieren und Versenden der Einladungen zur neu angesetzten Generalversammlung.

Unter Einhaltung aller Hygienemaßnahmen konnte am 28. September im Museum Angerlehner die Generalversammlung mit Neuwahlen abgehalten werden – das erste Mal ohne Vortrag und nur im kleinen Rahmen!

Bei der Wahl wurden Christine Eckmayr und ihre beiden Stellvertreter Johann Minihuber und Rotraud Josseck einstimmig im Amt bestätigt. Auf eigenen Wunsch ausgeschieden sind Klaus Brandhuber, Herbert Humer, Raimund Kaplinger und Josef Thaler, sie wurden zu Ehrenmitgliedern auf Lebenszeit ernannt. Die Nachfolge treten Gertrude Humer als Kassierin und Michael Lanzinger als Schriftführer an. Den erweiterten Vorstand verstärken der Allgemeinmediziner Gerald Geihse der aus Pichl/Wels und die Palliativmedizinerin Nina Hager vom Klinikum Wels-Grieskirchen.



Gertrude Humer, Michael Lanzinger, Nina Hager und Gerald Geihse der verstärken ab sofort das Team rund um Vorstandsvorsitzende Christine Eckmayr.

### Hospizausflug einmal anders

Die besondere Sensibilität im Umgang mit der Virus-Thematik forderte auch ein Umdenken bei unserem alljährlichen Hospizausflug. Statt dem Busausflug gab es heuer eine Wanderung der Traun entlang. Bei schönem Herbstwetter konnten 33 Hospizmitarbeiter\*innen – darunter 4 Kinder – die Natur in vollen Zügen genießen. Bei Speis und Trank fand der Ausflug im Landhaus Traunwehr einen gemütlichen Abschluss.

*Alles Große und Schöne dieser Welt,  
wird aus einem Gedanken  
oder einem Gefühl im Menschen  
geboren.*

*Khalil Gibran*



## Personelles



Seit 1. Oktober verstärkt DGKP Brigitte Aumair mit 25 Stunden das mobile Palliativteam. Frau Aumair wurde 1969 in Grieskirchen geboren und ist in Peuerbach zuhause. Mit ihrem Lebenspartner hat sie zwei Kinder im Alter von 17 und 16 Jahren. Zu ihren Hobbys zählen Yoga, Reisen und Kochen.

Die Schule für Allgemeine Gesundheits- und Krankenpflege hat sie von 1998 bis 2001 absolviert und seitdem ist sie im Gesundheitswesen tätig. Wir wünschen Brigitte Aumair einen guten Start.

### Trotz Abstand nahe am Patienten

Auch wenn die Corona bedingten verschärften Maßnahmen eine Herausforderung sind, werden Patientenbesuche bei Bedarf regelmäßig durchgeführt. Christine Gruber und Karola Mayerhofer vom mobilen Palliativteam betonen: „Die Beachtung strenger Hygienerichtlinien ist für uns immer wichtig, jeder Keim beziehungsweise Virus bedeutet für unsere Patienten eine große Gefahr.“

Einsatzleiterin Daniela Feregyhazy-Astecker: „Trotz der geltenden Abstandsregel sind wir unseren Patienten auch in dieser Zeit sehr nahe!“ Ihre beiden Kolleginnen sind sich sicher: „Für das körperliche Befinden ist die Nähe zum Patienten besonders wichtig – gerade in Corona-Zeiten müssen wir den Menschen als Ganzes sehen und seine Ängste wahrnehmen!“



Daniela Feregyhazy-Astecker (Mitte) mit ihren beiden Kolleginnen Christine Gruber und Karola Mayerhofer



Aus Liebe zum Menschen.



## Braunau

Willkommen  
im Team

Mein Name ist Margarete, ich bin verheiratet und wohne in Altheim. Meine drei erwachsenen Kinder sind schon lange außer Haus.

Durch das Internet wurde ich auf den Bereich Hospiz aufmerksam, ich habe viele Beiträge über die Hospizarbeit gesehen. Da wurde mir klar, dass das eine Arbeit ist, die ich machen möchte. Durch meine anstehende Pensionierung hatte ich auch genügend Zeit.

Ich erfuhr, dass das Rote Kreuz einen Hospizlehrgang anbietet und durfte 2019 mit der Ausbildung starten. Im Hospizteam fühle ich mich sehr wohl, auch freue ich mich von den Erfahrungen der anderen lernen zu können.

Inzwischen besuchte ich eine Fortbildung für Trauer. Trauerbegleitung war etwas, vor dem ich mich ein wenig scheute, aber ich merke, dass ich auch in diesen Bereich hineinwachse.

Ich freue mich, diese Tätigkeit nun ausüben zu können und auf die Menschen, die ich begleiten darf.

Auch in Zeiten von Corona sind die Mitarbeiter\*innen des Mobilien Hospizteams des Roten Kreuzes präsent, sie nehmen sich Zeit, führen Gespräche, hören zu und sind da, um zu helfen.

Ebenso ist die Trauerbegleitung ein wesentlicher Bestandteil des Hospizdienstes. Der Tod eines geliebten Menschen verändert das ganze Leben. Stärkung von außen kann für Trauernde sehr hilfreich sein.

Unterstützung für sich oder einen nahen Angehörigen gibt es bei Barbara Huber unter 0664/8234235

Aus Liebe zum Menschen.



## Eferding

TRAUER durchschreiten,  
zum LEBEN zurückfinden

Wer einen lieben Menschen verliert, verliert einen Teil von sich selbst. Vieles scheint sinnlos. Das Leben gerät aus den Fugen. Sogar manche Freunde wenden sich vom Trauernden ab. Die Sehnsucht nach dem Verlorenen tut weh und es scheint, dass niemand es versteht und sich dafür interessiert. Mit Ihrem Leid sind Sie nicht allein. Vom selben Leid betroffene Menschen verstehen, wovon Sie reden und hören Ihnen zu.

Das Mobile Hospiz lädt ins Trauercafé ein. Es ist für trauernde Menschen ein offenes und unverbindliches Treffen. Unabhängig wie lange der Verlust zurückliegt, unabhängig von Konfession, Alter und Nationalität.

Das Café bietet Gelegenheit, sich mit anderen Trauernden in gemütlicher und geschützter Atmosphäre zu treffen, Kontakte untereinander herzustellen, sich auszutauschen, miteinander zu reden, zu schweigen, zuzuhören, Unbegreifliches in Worte zu bringen ... oder auch gemeinsam zu lachen.

Begleitet wird das Trauercafé von ausgebildeten ehrenamtlichen Trauerbegleiterinnen des Mobilien Hospizes Eferding. Das Angebot ist unverbindlich und kostenlos.

Termine unter [www.rotekruz.at/eferding](http://www.rotekruz.at/eferding)

Auskunft bei:

Andrea Katzlberger, Hospizkoordination

Tel.: 0664 / 82 34 376

[Andrea.Katzlberger@o.rotekruz.at](mailto:Andrea.Katzlberger@o.rotekruz.at)





Aus Liebe zum Menschen.



## Grieskirchen

## Personelles



Mit September 2020 beendete unsere langjährige Mitarbeiterin Hildegard Ruschak ihre freiwillige Tätigkeit im Hospizteam.

Seit der Gründung des Hospizteams hat sie uns als Mitarbeiterin unterstützt.

Tatkräftig und energiegeladen – manchmal auch energisch – ist sie ihren Klienten\*innen und deren Angehörigen in vielen

schwierigen Lebenslagen zur Seite gestanden – immer bemüht, machbare Wege aufzuzeigen und zu finden.

Genauso tatkräftig war sie, wenn es darum ging, sich organisatorisch für das Hospizteam einzusetzen.

Vieles an Unterstützung war möglich, wenn Hildegard zum Telefonhörer griff!

Alles hat seine Zeit, Dinge kommen zu ihrem Ende.

Alles Gute, Hildegard!



Aus Liebe zum Menschen.



## Kirchdorf

## Fortbildung einmal anders

## Mit Abstand zusammen sein – unser Teamfortbildungstag



Dankenswerterweise hat uns unsere neue Mitarbeiterin Karoline Kornek in ihr romantisches Heim, mit viel Platz, ganz hinten im Brunntal in Steyr-ling eingeladen.

Nach einem gemeinsamen Frühstück starteten wir unseren Workshop über Kindertrauer mit Frau Mag.<sup>a</sup> Sigrid Eysn, der Leiterin von Rainbows Oberösterreich. Durch viele

praktische Beispiele haben wir Neues erfahren und Altes aufgefrischt, z. B. wie wichtig es ist, die Anliegen der Kinder genau wahrzunehmen und gut auf ihre Bedürfnisse zu achten. Kinder sagen oft, was sie wollen oder drücken durch Verhaltensauffälligkeiten ihre Nöte aus. Auf Kinder, die sehr angepasst und damit unproblematisch wirken, ist besonders zu achten. Sie übernehmen oft Aufgaben, denen sie noch nicht gewachsen sind. Betroffen, nachdenklich, aber auch gut informiert und gestärkt für kommende Aufgaben gingen wir in die Mittagspause. In der Sonne, vor dem Haus, mit Blick auf die Berge genossen wir unser Mittagessen.

Am Nachmittag bekamen wir eine Führung im Waldfriedhof Steyr-ling. Dort gibt es die Möglichkeit einer letzten Ruhestätte mitten im Wald. In biologisch abbaubaren Urnen („das letzte Ruhekissen“) wird die Asche der Verstorbenen an den Wurzeln von Bäumen oder in der Wiese beigesetzt. Den Platz dafür kann man sich zu Lebzeiten selber aussuchen, die Grabpflege übernimmt dann die Natur.





## Perg

# Wir sind trotzdem unterwegs



So wie jeden anderen, hat die Covid-19-Pandemie uns alle vor eine große Herausforderung gestellt. Von einem Tag auf den anderen wurden alle unsere täglichen Verhaltensweisen hinterfragt. Gewohnte Abläufe wurden plötzlich verändert. Nicht „nur“ für unsere Klient\*innen wandelte sich plötzlich alles, sondern auch für die freiwilligen Mitarbeiter\*innen: Vom täglichen Selbstcheck bis hin zum Tragen der Mund-Nasenschutzmaske und ausreichend Abstand halten. Bei den einzelnen Begleitungen wurde alles anders.

Ein großes Danke an mein Team, das gerade in den letzten Monaten wieder bewiesen hat, wie wichtig ihnen unsere Klient\*innen und Begleitungen sind. Sie haben sich sehr schnell und vorbildlich auf die neuen Hygiene- und Schutzmaßnahmen eingestellt, um so weiterhin für schwerkranke Menschen in der letzten Lebensphase da sein zu können.

Viele Klient\*innen wollten in der Anfangsphase von sich aus eine telefonische Betreuung, da sie große Angst davor hatten, zusätzlich zu ihrer schweren Erkrankung noch eine Infektion mit dem Covid-19-Virus zu bekommen. Eine telefonische Begleitung ist für uns auf jeden Fall eine sehr ungewohnte Situation, denn gerade in unserer Betreuung ist die persönliche Anwesenheit und die Nähe ein wichtiger Faktor. Außerdem teilt man seine Gedanken, Sorgen und Gefühle von Person zu Person einfach leichter. Deswegen werden wir auch weiterhin unsere Klient\*innen unter den vorgegebenen Hygienemaßnahmen nach ihren Wünschen begleiten. Ob persönlich oder per Telefon, wir sind für sie da!



## Ried

# Neue ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen

Die Freude ist groß, auch im letzten Herbst konnten wir 4 neue ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen im Team begrüßen. Neu dabei sind: Frau Claudia Maier, Frau Maria Schönleitner, Frau Roswitha Wierer und Frau Viktoria Zarbl.

Insgesamt umfasst das Mobile Hospiz Team nun 39 Mitarbeiter\*innen. Aktiv betreut werden im Moment 43 Personen.



Leider konnte unsere geplante Jubiläumsveranstaltung „25 Jahre Mobiles Hospiz“ im April 2020 coronabedingt nicht stattfinden.



Er wird zum Thema „Oh Herr gib jedem seinen eigenen Tod“ – „Zur Kultur des Sterbens heute“ referieren.

Diese wäre nun für den 23. 3. 2021 um 19.30 Uhr im Sparkassen-Stadtsaal geplant. Wir konnten auch für diesen Termin Herrn Univ.-Prof. Dr. Paul Zulehner als Vortragenden gewinnen. Er wird zum Thema „Oh

Aus Liebe zum Menschen.



## Schärding

Ein neuer Mitarbeiter  
stellt sich vor

## Der Neue



Ich bin der Peter Hinz und komme aus Regensburg. Dort habe ich als Hospizbegleiter schwerkranke und sterbende Menschen betreut.

Seit ca. zwei Jahren lebe ich in Haibach ob der Donau und gehöre zum Hospizteam des OÖRK in Schärding. Hier wurde ich im Team herzlich aufgenommen und kann meine Regensburger Erfahrungen in der Hospizarbeit einbringen.



## Palliativstation

## Ehrenamtliche

Im September 2015 eröffneten wir unsere Palliativstation am KUK in Linz. Da freiwillige Mitarbeiter\*innen, sogenannte „Ehrenamtliche“, in der Hospiz- und Palliativbetreuung eine tragende Rolle spielen, bestand von Anbeginn der Wunsch, sie ehest in das multiprofessionelle Team aufzunehmen.

Im Vorfeld absolvierte ich bereits einen Lehrgang für Freiwilligenkoordination, um für den Start bestens gerüstet zu sein. Im Oktober 2019 war es dann soweit. Wir durften mit dem Einsatz von Ehrenamtlichen beginnen. Ich bin für ihre Begleitung und Betreuung zuständig und empfinde dies als eine sehr bereichernde und verantwortungsvolle Aufgabe. Sie beinhaltet nicht nur das Kümmern um ihr Wohl, sondern auch das Vermitteln von Anliegen zwischen dem Palliativteam und den Ehrenamtlichen.

Da wir einen guten Beginn ermöglichen möchten, gliedert sich der Aufnahmeprozess in verschiedene Stufen, die meist einen Zeitraum von mehreren Monaten umfassen.



Nach einem Jahr unterstützen uns aktuell zwei Ehrenamtliche mit viel Motivation und Freude.

Wir hoffen sehr, dass sich im Laufe der Zeit unser Ehrenamtlichen-Team vergrößert. Denn die Ressourcen und das Potential, das von ihnen mitgebracht wird, sind unbezahlbar und daher besonders schätzenswert.

Eine unserer Ehrenamtlichen fasst es so zusammen: „Ich kann mir die Zeit nehmen, die ich brauche und muss nicht davon-eilen. Das Schöne daran ist, dass man tätig sein darf, aber nicht muss.“ Am Ehrenamt interessierte Personen sind bei uns gerne willkommen!

*Ehrenamtlichenkoordinatorin DGKP<sup>in</sup> Irene Basting  
irene.basting@kepleruniklinikum.at*



Palliativstation Pyhrn-Eisenwurzen

## Aktuelles



Seit dem Frühjahr ist der Palliativkonsiliardienst am Klinikum Steyr wieder „voll“ besetzt. Neben Frau OÄ Dr. Caroline Gärtner (3.v.l.), Frau DGKP Christiane Kronsteiner (2.v.l.) und Frau OÄ Dr. Barbara Dinböck (6.v.l.) sind neu im Team: Frau OÄ Dr. Martina Vaclavik (1.v.l.), Frau Gabriela Simmer, MA (5.v.l.) und als neuer Abteilungsleiter OA DDr. Alexander Lang (4.v.l.). Auch die Kollegen\*innen der klinischen Psychologie und der Krankenhausseelsorge sind im Rahmen des Palliativkonsiliardienstes tätig.

Am Klinikum fallen jährlich zwischen 400 und 500 Konsile an, beim überwiegenden Teil der Konsile geht es um eine Vorstellung des Palliative-Care-Gedankens und eine Anbindung der betroffenen Patient\*innen an Palliative-Care-Strukturen. Oft handelt es sich auch um eine Bitte um Übernahme auf die Palliativstation.

Unser Ziel der kommenden Monate ist es, zukünftig vermehrt Patient\*innen auch an ihren „Stammabteilungen“ konsiliarisch zu betreuen, d.h. während des Krankenhausaufenthalts regelmäßig zu visitieren, um anstehende Probleme aus dem Palliative-Care-Kontext frühzeitig lösen zu können. Wir sehen uns dabei als Unterstützung für die betreuenden Ärzt\*innen und Pflegefachkräfte auf den Stationen der Fachabteilungen in komplexen palliativen Betreuungssituationen.



Palliativstation

## Gründung der Hospiz- und Palliativakademie

Mit 1. Oktober wurde die Hospiz- und Palliativakademie der Barmherzigen Schwestern Ried gegründet. Nachdem die Akademie Wels im Herbst ihren Betrieb einstellte, konnte so die Fortsetzung der bewährten interprofessionellen Palliative-Care-Basislehrgänge sowie die Lehrgänge für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung sichergestellt werden.

Die Leitung der neu gegründeten Akademie liegt in den Händen von Frau Sabine Leithner, MSc.

Die von ihr geleiteten Ausbildungslehrgänge sind in den letzten Jahren weit über die Grenzen Oberösterreichs hinaus bekannt und zu einem fixen Bestandteil der Hospiz- und Palliativfortbildungen geworden. Der interprofessionelle Lehrgang konnte auch unter dem neuen Dach für die Weiterbildung im Rahmen des Universitätslehrganges „Palliative Care“ der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg akkreditiert werden.

Wir freuen uns, dass es durch die Gründung der Akademie gelungen ist, die Aus- und Weiterbildung im Palliativbereich auf stabile Fundamente zu stellen und die bewährten Lehrgänge weiterhin anbieten zu können.

Als Veranstaltungsort für den interprofessionellen Lehrgang konnte das Bildungshaus Puchberg bei Wels gewonnen werden, der Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitungslehrgang findet weiterhin in Vöcklabruck statt.

Sabine Leithner, MSc hat die Mitglieder des Akademiebeirates unter das neue Dach mitgenommen, damit ein nahtloser Übergang gewährleistet ist.





**Salzammergut  
Klinikum**

Bad Ischl · Gmunden · Vöcklabruck

Palliativstation Vöcklabruck

## Pensionsantritt von unserem lieben Franz Reiner

Seit 1. Oktober 2020 ist OA Dr. Franz Reiner, der die Palliativstation des SK Vöcklabrucks im Jahre 2006 begründet, geleitet und in vielen Dimensionen geprägt hat, in Pension. Wir als Team sind ihm für alles einfach nur dankbar.



### Wer ist Franz Reiner?

*Ein Annäherungsversuch.*

Franz Reiner ist ein Kärntner in Oberösterreich.  
Er ist Ehemann und Vater und Großvater und Freund.

Er ist Arzt mit Berufung.  
Anästhesist und Notfallmediziner ebenso wie Palliativmediziner der ersten Stunde

Er ist der, der vor 15 Jahren im Krankenhaus ein Bäumchen gepflanzt hat.  
Er hat die palliative Idee dort hingesezt.  
Er ist der, der bei verschlossenen Türen angeklopft, den Fuß in die Tür gegeben und ihn dort nicht mehr wegbewegt hat.  
Bis er seine Idee dort verwurzelt hat.

Franz ist der, der das Reden über Krankheit und Sterben in unserem Unternehmen salonfähig gemacht hat.  
Er ist der, unter dessen Leitung wir knapp 6000 Patienten und Patientinnen auf unserer Station betreut haben.  
Er ist der, der der Kommunikation und der Vernetzung mit allen einen großen Wert gegeben hat.



Er ist der, der mit Brigitta unser Team gestaltet und geformt hat.

Der uns immer eine moralische Richtschur gegeben hat.  
Der mehr mit Vorbild sein als mit Worten gewirkt hat.

Er ist der, der bei uns die Kultur verändert hat.  
Die Kultur des Redens, aber auch des Zuhörers und Begleitens.

Er ist einer, der uns Kultur gebracht hat,  
in verschiedenster Form hat er sie uns zugemutet und das war gut so.  
Mit ihm haben wir gesungen und getrommelt und gelesen und diskutiert.

Mit ihm haben wir bei Schneesturm Berge erklommen und Fußball gespielt und getanzt.  
Mit ihm haben wir Schokolade und Strudel und Kuchen und Suppe gegessen.

Franz ist einer, der in sich ruht,  
der immer da ist.  
Einer, der viel aushält,  
der die Ruhe auch in stürmischen Zeiten nicht verliert

Er ist einer, der die richtigen Fragen stellt.  
Einer, der uns die Frage „Was ist für dich hilfreich?“ gelernt hat.

Ein Ratgeber, ohne dass er Schläge austeilt.  
Einer, der wenn er zwischen 2 Lösungswegen entscheiden muss, immer nach einem dritten noch besseren sucht.

Er ist ein Mensch, der uns immer wieder erstaunt  
Ein überzeugter Barträger ebenso wie ein begeisterter Theaterspieler.

Er ist einer, der die Kinder zum Staunen  
und die Alten zum Erzählen bringt.

Er ist der, der an 11627 Tagen beim Land Oberösterreich gearbeitet hat.

Einer, der sich seine Pension redlich verdient hat.  
Einer, der eine Lücke in einer eigenen Größenordnung hinterlässt.

Einer, dem wir von Herzen alles Gute wünschen.

*OA Dr.<sup>in</sup> Christina Grebe, MSc*





## Neue Leitung im St. Barbara Hospiz



Ich heiße Rosemarie Kapplmüller und es ist mir eine große Freude, mit Jänner 2021 als neue Leiterin des St. Barbara Hospizes DGKP Margret Krebelder zu folgen. Seit August arbeite ich bereits in diesem engagierten Team.

Schon 2007 durfte ich mich in der „Lebenswert“ vorstellen – damals als Einsatzkoordinatorin der Hospizbewegung Bezirk Freistadt. Dankbar blicke ich auf die vergangenen Jahre

und eine schöne berufliche Zeit zurück. Prägend war für mich ab 2011 die Arbeit auf der Palliativstation im Ordensklinikum Elisabethinen. 2018 übernahm ich die Pflegestationsleitung für Innere Medizin im Klinikum Freistadt.

Meine vier Kinder sind erwachsen, das kleine Häuschen am Land ist bezogen – so sind die Wege frei für ein engagiertes Arbeiten im St. Barbara Hospiz und bewusstes Erleben der Freizeit: Familie, Freunde, Natur und Musik sind meine Ressourcen.

Ein paar Gedanken zu Musik: Sie kann für Trauernde so hilfreich sein – das habe ich in vielen Gesprächen erfahren und daher auch meine Arbeit im Palliativbasislehrgang dem Thema „Kunst und Trauer“ gewidmet. Es gibt viele Parallelen großer Musik zu unserem täglichen Tun im Hospiz- und Palliativbereich: So kann zum Beispiel ein Team orchestriert werden, die Partitur finden wir in den verschiedenen Stellenbeschreibungen und Arbeitsabläufen. Die Vielfalt der Instrumente lässt ein schönes Werk groß erklingen.

Mit Kommunikation, Respekt und einer guten Struktur kann ein gedeihliches Miteinander gelingen, das mir sehr wichtig ist. Danke für das in mich gesetzte Vertrauen.



**Nähe.** Was zählt, ist  
Verständnis. Im Umgang  
mit Menschen genauso  
wie im Geldleben.

[www.sparkasse-ooe.at](http://www.sparkasse-ooe.at)



**SPARKASSE**   
Oberösterreich

Was zählt, sind die Menschen.

## 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  
☎ 077 22 62 2 64-14  
✉ br-office@o.rokeskreuz.at

**4070 Eferding**  
Vor dem Linzer Tor 10  
☎ 072 72 2400-23  
✉ ef-office@o.rokeskreuz.at

**4710 Grieskirchen**  
Manglburg 18  
☎ 072 48 62 243-44  
✉ gr-office@o.rokeskreuz.at

**4560 Kirchdorf**  
Krankenhausstraße 11  
☎ 075 82 63 5 81-25  
✉ ki-office@o.rokeskreuz.at

**4320 Perg**  
Dirnbergerstraße 15  
☎ 072 62 54 4 44-28  
☎ 0664 534 67 69  
✉ pe-office@o.rokeskreuz.at

**4910 Ried i. L.**  
Hohenzellerstraße 3  
☎ 07752 81844-231  
☎ 0664 52 19 968  
✉ rl-hospiz@o.rokeskreuz.at

**4780 Schärding**  
Othmar-Spanlang-Straße 2  
☎ 077 12 21 31-25  
✉ sd-office@o.rokeskreuz.at

**4400 Steyr**  
Redtenbachergasse 5  
☎ 072 52 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  
☎ 076 12 73 3 46  
☎ 0664 514 5471  
✉ hospiz-gmunden@gmail.com

### Hospizbewegung Vöcklabruck

Brucknerstr. 27, 4840 Vöcklabruck  
☎ 076 72 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  
☎ 05/7806 83-78876  
✉ 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.  
☎ 077 52 602-16 50  
✉ palliativ.ried@bhs.at

**Palliativstation  
LKH Rohrbach**

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

**Palliativstation  
Pyhrn-Eisenwurzen Steyr**

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

**Palliativstation  
SK Vöcklabruck**

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





Österreichische Post AG  
SP 02Z034083 S

*Retouren an LV Hospiz OÖ, Pfalzgasse 2, 4055 Pucking*