

Sonnenblume



Tiroler Hospiz
Gemeinschaft



*Trösten ist eine Kunst des Herzens.
Sie besteht oft nur darin
liebvoll zu schweigen
und schweigend mitzuleiden.
Otto von Leixner*



Im Jahreskreis...

...berühren Anfang und Ende einander



„Das Ende ist wie der Anfang. Ob leicht oder schwer ist nicht vorherzusehen.“ Marina Baldauf

Weihnachten und Neujahr liegen hinter uns. In dieser Zeit kreisen meine Gedanken um das Thema Anfang und Ende. HospizmitarbeiterInnen ver-

gleichen oft das Sterben mit einer Geburt. Das Ende ist wie der Anfang, bei jedem anders, ob leicht oder schwer ist nicht vorherzusehen. Eine vertraute Welt zu verlassen und die Reise in ein unbekanntes Land zu beginnen, ängstigt viele Menschen. Ein starker Glaube, die Nähe der Angehörigen aber auch die mutige Begleitung unserer ehrenamtlichen MitarbeiterInnen können diese letzte Reise erleichtern.

Eine gute Mischung aus haupt- und ehrenamtlicher Betreuung, spiritueller und sozialer Begleitung sollen auf die individuellen Bedürfnisse sterbender Menschen und ihrer Angehörigen antworten.

Der Motor der Hospizbewegung ist neben allen Angeboten aber immer das Erkennen der Not und die eigene Herzensbildung.

Nicht wegschauen, sondern den anderen sehen und wertschätzen ist die Basis unserer Arbeit.

Natürlich sind wir auch auf Unterstützung von außen angewiesen. Mit unserer Baustein-Aktion „Hospiz daheim – das Mobile Bett“ wollen wir weiterhin ein Sterben zu Hause ermöglichen. Unter anderem unterstützt uns die Tiroler Wirtschaftskammer, Firmen zu gewinnen, die mit großzügigen Spenden helfen, unsere mobile Begleitung und Betreuung zu gewährleisten.

Daneben freuen wir uns natürlich auch sehr über jede noch so kleine Spende. Ich danke schon heute für die Unterstützung unserer Arbeit und wünsche Ihnen ein gesegnetes neues Jahr!

Marina Baldauf
Vorsitzende Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Was die Raupe
Ende der Welt nennt,
nennt der Rest der Welt
Schmetterling.
Laozi, chin. Denker

Danke

Wir danken der Privatstiftung der Tiroler Sparkasse Innsbruck-Hall, Tiroler Sparkasse für die großzügige Unterstützung der Ausbildung für ehrenamtliche HospizbegleiterInnen in Innsbruck.

 **PRIVATSTIFTUNG
TIROLER SPARKASSE**



Tiroler Hospiz
Gemeinschaft



Eindrücke aus der Ausbildung für ehrenamtliche HospizbegleiterInnen

Sie ist die Jüngste in der Gruppe und ihr gefällt diese Rolle – nicht nur, weil sie sich „von der Gruppe richtig gut behütet fühlt“, wie sie erzählt, sondern auch, weil sie grundsätzlich gerne neue und untypische Wege geht. Bettina Gruber ist 30, hat Betriebswirtschaft studiert, ist voll berufstätig und nimmt seit Oktober 2009 an der Ausbildung für ehrenamtliche HospizbegleiterInnen teil. Mit großer Freude. Die Gruppe sei sehr schnell zusammengewachsen, das gemeinsame Interesse und die Tiefe der Gesprächsthemen hätten ein ganz spezielles Gemeinschaftsgefühl entstehen lassen. „Wir reden in dieser Gruppe über Dinge, die man sonst oft nicht einmal mit Freundinnen oder Freunden bespricht“, erzählt Bettina Gruber sichtlich beeindruckt.

Ich als Patientin?

Beim Seminar über Pflegetätigkeiten hatte sie Gelegenheit, selbst in die Rolle einer Patientin zu schlüpfen und zu spüren, wie es sich anfühlt, „wenn zum Beispiel jemand mit einem Stäbchen in meinem Mund herumfährt“. Befremdlich sei es gewesen, und sie habe eines ganz klar erkannt: „Es braucht enorm viel Feingefühl, um zu erspüren, was ein Mensch möchte, der sich kaum noch artikulieren kann.“

Eine Entwicklung, von der viele profitieren

Bettina möchte Dinge tun, die ihr Leben wertvoller machen. Die Auseinandersetzung mit dem Sterben ist für sie ein Schlüssel dazu. Eine

ehrenamtliche Tätigkeit als Hospizbegleiterin sieht sie keineswegs als Widerspruch zu ihrem Beruf als Betriebswirtin – im Gegenteil: „Wenn man anderen etwas Gutes tut, wird man selbst bereichert. Das kann man auch ganz pragmatisch als Win-Win-Situation sehen.“ Sie sagt das mit einem Schmunzeln, aber dass es ihr ernst ist, ist deutlich spürbar. Bettina ist überzeugt, dass diese Ausbildung sie verändern wird: „Sie wird mich weiterbringen, weil ich dabei sehr intensive Erfahrungen mache.“ Die Menschen, die Bettina vielleicht einmal als ehrenamtliche Hospizmitarbeiterin begleiten wird, werden davon profitieren.



„Ich mache bei der Ausbildung sehr intensive Erfahrungen.“
Bettina Gruber, die jüngste Teilnehmerin der Ausbildung für ehrenamtliche HospizbegleiterInnen.



Spüren, wie es sich anfühlt, von jemandem anderen gepflegt zu werden.



„Ich musste erst lernen für Sterbende zu singen“

Eine neue Herausforderung für eine Sängerin

Martha Schwaizer ist Sängerin, die seit Jahrzehnten gemeinsam mit ihrem Mann auf der Bühne steht. Sie ist es gewohnt und genießt es, vor großem Publikum zu singen. Vor sechs Jahren begann sie als ehrenamtliche Mitarbeiterin auf der Hospiz- und Palliativstation in Innsbruck mitzuarbeiten. Dabei machte die professionelle Musikerin eine ganz neue Erfahrung als Sängerin.

Wenn erlösende Tränen über die Wangen rollen

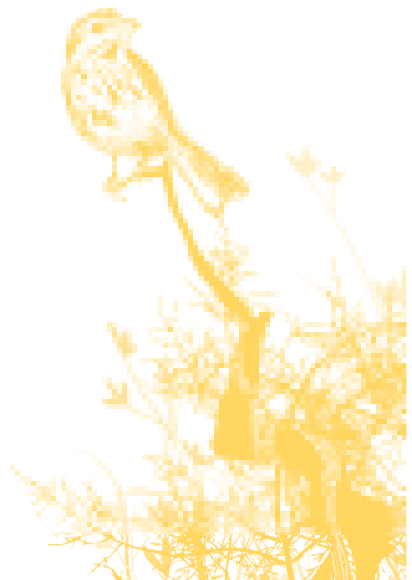
Auf der Bühne kann sie die Stimmung im Raum sehr wohl wahrnehmen, nicht aber den einzelnen Menschen im Publikum. „Ehrlich gesagt, war ich mir nicht sicher, ob ich mich

auf der Hospiz- und Palliativstation so gut einfügen kann. Mich hinsetzen, zuhören und nur dann singen, wenn es wirklich passt.“ Es gelang ihr aber schnell und leicht, mit der neuen Situation umzugehen. Die Erfahrungen, die Martha Schwaizer dabei machen durfte, möchte sie nicht mehr missen.

„Ich werde wohl nie vergessen, wie einer Frau, die nicht mehr weinen konnte, beim Anstimmen des Liedes endlich die erlösenden Tränen über die Wangen flossen. Ein anderes Mal, ich glaube es war zu Weihnachten, hat ein Mann, der schon lange kein Wort mehr gesprochen hat, plötzlich den ganzen Text des Liedes mitgesungen.“

Der größte Dank

„Was ich hier im Hospiz von den Menschen zurückbekomme, habe ich auf der Bühne in dieser Form nie erlebt. Ein Lächeln, ein Händedruck oder ein inniger Blick sind der größte Dank – und oft mehr Wert als tosender Applaus“.



„Mich hinsetzen, zuhören und nur dann singen, wenn es wirklich passt.“ Martha Schwaizer





„Je näher der Tod, desto kürzer die Visite“

Ein Arzt über den Umgang mit Sterbenden



**„Die Palliativmedizin ist für viele Mediziner einfach kein Gipfelsieg.“
August Zabernigg**

„Ich kann nicht behaupten, dass das vor zehn Jahren bei mir anders war“, erzählt August Zabernigg, Oberarzt der Internen II am Bezirkskrankenhaus Kufstein: „So gut wie möglich habe ich immer versucht, das Sterben von mir wegzuschieben.“

Palliativmedizin kein Gipfelsieg?

Ganz allgemein habe die Palliativmedizin, also die medizinische Begleitung sterbender Menschen, bei den Ärzten und Ärztinnen keinen guten Stand. „Ich würde das mit einer Bergtour vergleichen“, meint August Zabernigg. „Die Palliativmedizin wird innerhalb der Medizin einfach nicht als Gipfelsieg wahrgenommen.“

Eine menschliche Herausforderung

Dass er das Sterben seiner PatientInnen ausklammerte, war für ihn auf Dauer nicht befriedigend: „Irgendwann kam bei mir dann das Gefühl, dass etwas in meinem Tun als Arzt nicht wirklich rund war.“ Der Lehrgang zum Diplom für Palliativmedizin der Tiroler Ärztekammer in Kooperation mit der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft war für August Zabernigg dann der Einstieg in einen „neuen Abschnitt innerhalb der Medizin.“ Die Palliativmedizin ist für ihn Herausforderung und inzwischen auch Gipfelsieg in zweifacher Hinsicht: „Einerseits auf medizinischer, andererseits, und das ist vielleicht noch bedeutender, auf menschlicher Ebene.“

Palliativmedizin braucht innere Haltung

In den nächsten drei bis fünf Jahren soll am Bezirkskrankenhaus Kufstein eine Palliativstation mit acht Betten eingerichtet werden – sehr zur Freude von August Zabernigg. „Eine Pallia-

tivstation wird ja nie aus wirtschaftlichen Überlegungen eingerichtet, weil das sehr teuer und personalintensiv ist. Um eine gut funktionierende Palliativstation zu betreiben, braucht es vielmehr ein Bekenntnis, eine bestimmte Einstellung und Haltung gegenüber dem sterbenden Menschen.“

Gelebtes Vorbild

Nachdem das Begleiten Sterbender schon immer Angelegenheit der Krankenschwestern und –pfleger war, „sind sie unglaublich dankbar für jede Weiterbildung und Unterstützung in diesem Fachbereich. Bei den Ärzten ist das anders“, meint der Mediziner. „Sie geben nicht gerne zu, dass sie irgendwo ein Defizit haben oder im Dunkeln tappen.“ Dennoch ist er zuversichtlich, dass immer mehr Ärzte und Ärztinnen offener gegenüber dem Thema werden.

Auf die Frage wie das gehen soll, meint August Zabernigg: „Einfach indem wir es ihnen vorleben.“





Welthospiztag 2009: „Wie das Leben spielt“

Ein herzliches Dankeschön!



Imst



Inzing



Landeck

Allen HospizgruppenleiterInnen und ihren MitarbeiterInnen ein „Vergelt's Gott“ für den gelungenen Welthospiztag 2009!

In ganz Tirol fanden am 10. Oktober Konzerte, Lesungen und andere mu-

sikalische Veranstaltungen statt. Wir waren beeindruckt mit welchem Engagement und mit wie viel Liebe diese Abende gestaltet waren. An dieser Stelle möchten wir insbesondere auch allen Künstlerinnen und Künstlern, Musikerinnen und

Musikern und den vielen Mitgestaltenden dieses Abends danken. Mit ihren musikalischen und künstlerischen Beiträgen ist es uns gelungen, bei vielen Menschen im ganzen Land Gehör für unsere Bewegung zu finden.



Längenfeld



Reutte



Schwaz | Bild: Tiroler Woche



Silz





Nützen Sie unsere Angebote!

Das Bildungsreferat der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft bietet Seminare und Vorträge zu Themen rund um die Hospizarbeit an. Wir laden Sie ein: Nutzen Sie die Gelegenheit, mit ExpertInnen und anderen Interessierten ins Gespräch zu kommen oder sich für Ihre berufliche Tätigkeit Fachwissen anzueignen. Weiterbildung bereichert Sie selbst und die Menschen, die Sie betreuen!

Unsere nächsten Veranstaltungen:

Vortragsreihe:

Zum Umgang mit schwer kranken und sterbenden Menschen

Hospizbetreuung ist mehr als gute medizinische Versorgung, mehr als einfühlsame menschliche Begleitung. Sie versucht, dem Menschen in seiner Ganzheit gerecht zu werden, seine unterschiedlichen Bedürfnisse

wahrzunehmen und auch die Angehörigen einzubeziehen. Diese vier Abende geben Einblick in die Vielfalt der Hospizidee.

Offenes Angebot für alle Interessierten.

Termine: Vier Montag-Abende ab 15. Februar 2010, 19 - 21 Uhr

Ort: Wohn- und Pflegezentrum Oetz
Kosten: 40 Euro für alle vier Abende

Seminar:

Trauerarbeit im beruflichen Kontext: Der Trauer konstruktiv begegnen

„Wie hältst du die ständige Konfrontation mit dem Sterben aus?“, werden Personen, die mit schwer kranken oder sterbenden Menschen arbeiten, oft gefragt. Muss man diese vielen Abschiede betrauern? Kann man sich professionell distanzieren?

Wie bleibt man dabei langfristig gesund und arbeitsfähig? Im Seminar werden anhand von theoretischen Impulsen und Beispielen aus der Praxis Konzepte für die ganz persönliche Trauerbewältigung erarbeitet.

Zielgruppe: Pflegepersonal, Ärzte und Ärztinnen, PsychologInnen, SozialarbeiterInnen, TherapeutInnen und andere Berufsgruppen.

Termin:

Freitag, 5. März 2010, 9 - 17 Uhr

Ort: Haus der Begegnung, Innsbruck
Kosten: 85 Euro

Informationen zu unseren Bildungsveranstaltungen und Anmeldung:

0512 7270 38 oder

www.hospiz-tirol.at



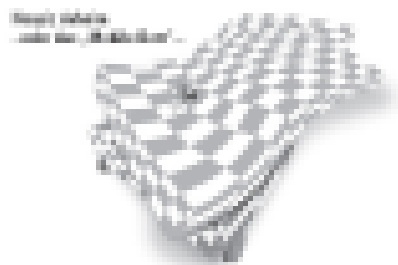
Weiterbildung bereichert Sie selbst und die Menschen, die Sie betreuen!

Aktion „Mobiles Bett“ - ein großer Erfolg

Dank Ihrer Hilfe!



„Der Hospiz-Gedanke hat für mich etwas sehr Tröstliches. Es gibt einen Zufluchtsort und Hilfe, wenn sonst niemand mehr etwas tun kann.“ Barbara Achammer



Aktion „Hospiz daheim – das Mobile Bett“ war voller Erfolg

Mehr als zwei Drittel aller Tirolerinnen und Tiroler wünschen sich, daheim sterben zu können. Vielen ist dies aber nicht möglich.

Dank Ihrer großzügigen Unterstützung für unsere Baustein-Aktion „Hospiz daheim – das Mobile Bett“ können wir die Hospiz- und Palliativbetreuung zu Hause auch 2010 in vollem Umfang aufrechterhalten.

Engagement zahlt sich aus

Ohne das ehrenamtliche Engagement der Projektinitiatorin Barbara Achammer und ihrer Vorstandskollegin Birgitt Drewes wäre diese Aktion nicht möglich gewesen. Die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft konnte mit der Tiroler Wirtschaftskammer als Kooperationspartnerin neue Kontakte knüpfen. Ein herzliches Dankeschön den beiden Organisatorinnen!

Jeder Beitrag ist wichtig

„Ich bin glücklich, dass es in Tirol so viele Menschen gibt, die unser Anliegen mittragen“, betont Werner Mühlböck, Geschäftsführer der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft: „Jede Spende, jeder noch so kleine Beitrag und jedes gute Wort sind von unschätzbarem Wert. Vielen Dank!“

Vorübergehende Übersiedlung unserer Station

In den vergangenen drei Monaten war die Hospiz- und Palliativstation wegen Umbauarbeiten im Sanatorium Kettenbrücke „zu Gast“ in der Klinik in Innsbruck. Obwohl wir uns dort gut eingerichtet und eingelebt haben, freuen wir uns wieder sehr auf unsere eigentliche Herberge. In der zweiten Jännerhälfte werden wir sie voraussichtlich wieder beziehen können. Der TILAK ein herzliches Dankeschön, dass wir in der Klinik zu Gast sein durften!

Hotline

**Täglich (auch Sonn- und Feiertags)
von 8.00–20.00 Uhr** für Betroffene,
pflegende Angehörige, Ärzte, Heime
und andere Einrichtungen

0810/969878

IMPRESSUM Informationsorgan der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, „Sonnenblume“ Nr. 1 | Jänner 2010
Heiliggeiststr. 16 • 6020 Innsbruck • Tel.: 0512/7270-38 • Fax: 0512/7270-5 • hospiz.caritas@dibk.at • www.hospiz-tirol.at
Inhaber und Verleger: Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Verein der Caritas • F.d.L.v.: Werner Mühlböck, Maria Strel-Wolf;
Gestaltung: Stadthaus38 • Druck: DIE DRUCKEREI EGGER GmbH., Imst
Alle in dieser Publikation erwähnten Berufsbezeichnungen sind geschlechtsneutral. • DVR: 0803618 • Zeitungsnr.: 00Z020030C



Tiroler Hospiz
Gemeinschaft

„Wir begleiten Menschen“