

# Sonnenblume



Tiroler Hospiz  
Gemeinschaft





## Werden Sie Mitglied

einer Bewegung, die nicht zu bremsen ist!



„Ich bin tief berührt von der Vielfalt helfender Hände.“ Elisabeth Zanon

Die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft hat mit einem kleinen, aber tatkräftigen Team vor über 20 Jahren mit ihrer Arbeit begonnen. Wie Peppo, der Straßenkehrer, in der Geschichte von Momo haben unsere PionierInnen ein Stück des Weges nach dem anderen bearbeitet. Schritt für

Schritt haben sie so etwas Großartiges geschaffen. Auf ihrem Weg ist es ihnen gelungen, viele Menschen von ihrer Arbeit und deren Sinnhaftigkeit zu überzeugen.

Heute ist daraus eine breite Bewegung entstanden, die nicht mehr zu bremsen ist. Es ist für mich als Vorsitzende unglaublich, wie viel an Kreativität, Arbeit und Freude damit verbunden ist. Die einen musizieren, die anderen basteln, kochen und backen, andere stellen ihre privaten Räume zur Verfügung, um eine Benefizlesung zu veranstalten. Wieder andere haben einen gesamten Ortsteil mit dem Gedanken „infiziert“, Spenden im Rahmen einer Adventaktion für die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft zu sammeln. An dieser Stelle möchte ich auch den über 3.000 Mitgliedern von Herzen danken. Durch ihre jähr-

liche Spende erteilen sie der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft den Auftrag, die Arbeit in bewährter Qualität fortzusetzen und auszubauen.

Allen gemeinsam ist das Bemühen um ein Leben in Würde bis zum letzten Atemzug. Alle miteinander wollen nicht passiv zusehen, wie Menschen einsam und elend, womöglich auch mit großen seelischen und körperlichen Schmerzen ihr Leben beenden müssen. Ich bin tief berührt von der Vielfalt helfender Hände.

**Im Namen der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft kann ich nur Vergelt's Gott sagen.**

Elisabeth Zanon  
Vorsitzende Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

## Einladung zum Gedenkgottesdienst

Für alle, die auf der Hospiz- und Palliativstation verstorben sind oder vom Mobilien Hospiz- und Palliativteam begleitet wurden:

**Ostermontag**  
**21. April 2014**  
**18.00 Uhr**

Pfarrkirche St. Pirmin  
Radetzkystraße 51  
6020 Innsbruck

Halte nicht ein bei der Schmerzgrenze  
Halte nicht ein  
Geh ein Wort weiter  
Einen Atemzug  
Noch über dich hinaus  
Greif dir im Leeren  
Die Osterblume

Marie Luise Kaschnitz





„An die Vernunft des Herzens, an die glaube ich.“ Wolfgang Kostner

### Benefizkonzert

Georg Friedrich Händel:  
Der Messias

vokalensemble NovoCanto  
Capella Savaria  
Maria Erlacher (Sopran), Markus  
Forster (Altus), Bernhard Berchtold  
(Tenor), Andreas Mattersberger  
(Bass), Wolfgang Kostner  
(Leitung)

**Sonntag, 9. März 2014, 18.00 Uhr**  
**Congress Innsbruck**

Kartenvorverkauf:  
[www.oeticket.com](http://www.oeticket.com)  
Weitere Infos auf:  
[www.barockmusik.at](http://www.barockmusik.at)

Am 9. März geben Wolfgang Kostner und das vokalensemble NovoCanto ein Benefizkonzert für das Hospizhaus Tirol. Im Gespräch mit Urban Regensburger spricht der Chorleiter über seine Beziehung zur Hospizbewegung, das Leben und das Sterben.

#### Warum unterstützt du gerade die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft?

*Kostner:* Es war der damalige Geschäftsführer Arnold Schett, der mich 2007 einlud, zum Thema „Maria“ ein Hospizkonzert zu programmieren. Ich habe tatsächlich jemanden gebraucht, der mich für die Hospizidee begeistert. Dann habe ich schnell erkannt, was für eine Kraft hinter dieser Bewegung steht: In einer Gesellschaft, in der alles immer jung, agil und sexy – zu oft gefährlich oberflächlich – sein muss, ist das

Hospiz ein wichtiger Kontrapunkt. Auch die persönlichen Begegnungen mit der langjährigen Vorsitzenden Marina Baldauf waren für mich sehr bereichernd.

#### Hast du mit dem Hospiz bereits Erfahrungen gemacht?

*Kostner:* Vor einiger Zeit ist ein Onkel von mir im Hospiz betreut worden. Dabei wurde mir bewusst, was es heißt, einen lieben Menschen, der mir viel bedeutet, zu verabschieden. Es waren plötzlich die ganz kleinen Dinge, die wichtig wurden. Insbesondere die positive Haltung und Stimmung im Hospiz – übrigens alles andere als bedrückend – führten mir vor Augen, dass das Leben da bleibt bis zum letzten Augenblick.

#### Wie gehst du mit dem Tod um?

*Kostner:* Trotz ständiger Konfronta-

tion ist der Tod immer beim anderen. Dass ein Mensch in meiner Nähe stirbt, schnürt mir die Kehle zu. Auch die Tatsache, dass Kinder sterben müssen, ist für mich als Familienvater eine schwer zu akzeptierende Tatsache. Gedanken über meinen eigenen Tod machen mir weniger Angst, auch wenn ich darüber nicht gerne nachdenke.

#### Was ist deine Hoffnung, dein Glaube?

*Kostner* (schweigt und denkt nach): Ich liebe die Natur unserer Heimat – das Beeindruckende ist nicht immer der Gipfelsieg, sondern der Weg dorthin. ... Ich bin ein hoffnungslos altmodischer Optimist, bei dem das Glas immer halbvoll und niemals halbleer ist. ... An die Vernunft des Herzens, an die glaube ich.



## Wie soll das gehen,

ein Interview mit einer Frau, die nicht mehr sprechen kann?



„Noch einmal in die Berge“ – ein Herzenswunsch von Traude Schuster begleitet von Stefanie Gläser und Claudia Schuster.

Traude Schuster, eine Patientin auf der Hospiz- und Palliativstation, wäre zu einem Interview bereit, lese ich in einer E-Mail. Ich mache gleich für den nächsten Tag einen Termin aus.

Während ich auf den Lift warte, um auf die Hospiz- und Palliativstation zu kommen, treffe ich unsere Pflegedienstleiterin Elisabeth Draxl. „Da wirst du dir heute viel Zeit nehmen müssen, aber wirst' sehen, das geht schon“, meint sie. „Warum?“, frage ich verwirrt. „Na, weil Frau Schuster ALS hat und nicht mehr sprechen kann“, meint sie beiläufig. Da muss

ich erst einmal tief durchatmen.

Nachdem ich bereits einmal einem Patienten mit ALS (Amyotrophe Lateralsklerose) begegnet bin, der nicht mehr sprechen konnte, fasse ich den Mut, mich auf diese Situation einzulassen.

Ich komme ins Zimmer von Traude Schuster. Eine in sich zusammengesunkene, sehr magere Frau sitzt im Rollstuhl am Tisch vor dem Fenster. Vor ihr liegt ein iPad, eine Art Computer. Ich begrüße sie und streiche über ihre fast bewegungslose Hand. Ihre Augen strahlen mich an. Ihr

fester und herzlicher Blick hilft mir, die Distanz der Sprachlosigkeit zu überwinden.

Traude Schuster versteht mich gut. Ich kann ihr Fragen stellen, die sie mit wenigen Worten auf ihrem iPad beantwortet. Ich muss Geduld haben, so überlege ich mir gut, was ich sie fragen möchte.

ALS-PatientInnen leiden an einer fortschreitenden Lähmung an unterschiedlichen Muskelgruppen. Bei vollem Bewusstsein erleben sie den teilweise kompletten Verlust ihrer körperlichen Fähigkeiten.



Frau Schuster kann nicht mehr gehen, nicht mehr reden, schwer schlucken, kaum noch ihre Arme bewegen. Welcher körperliche Verlust sie am meisten schmerzt, möchte ich von ihr wissen. Ohne lange zu überlegen, schreibt sie mir zwei Worte auf: Bergsteigen und Skifahren.

„Wann waren Sie denn das letzte Mal in den Bergen?“, frage ich weiter. „2009“. Und dann frage ich sie, ob sie denn noch einmal in die Berge möchte. Ihren Blick werde ich nie vergessen. **Kein Wort hätte die Freude und Sehnsucht von Frau Schuster ausdrücken können.**

Drei Tage später wurde Frau Schusters Wunsch in die Tat umgesetzt. Mit haupt- und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen der Hospiz- und Palliativstation ging es mit der Seegruben- und Hafelekar-Seilbahn in Innsbruck auf 2.200 Meter in hochalpines Gelände – ein für alle unvergesslicher Ausflug in die Berge!

Traude Schuster ist am 5. Dezember 2013 auf der Hospiz- und Palliativstation verstorben.

Maria Strel-Wolf  
Öffentlichkeitsarbeit Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Traude Schuster mit 39 Jahren. Zu zeigen, wie sie früher war, bedeutet ihr viel.





### Begegnung mit der Angst am Lebensende

Angst am Lebensende:  
Halt suchen – Halt geben

Wie fühlt es sich an zu wissen, dass nur mehr wenige Tage, Wochen oder Monate zum Leben verbleiben? Menschen, die damit konfrontiert sind, haben häufig ein Gefühl von Angst. Was kann ihnen Halt geben?

**Referentin:** Mag. Elisabeth Draxl, DGKS,  
Pflegedienstleiterin Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

**Termin:** Dienstag, 18. März 2014,  
19.30 bis 21.00 Uhr

**Ort:** Haus der Begegnung, Rennweg 12, Innsbruck

**Kosten:** 5 Euro / Anmeldung nicht erforderlich

### In Würde leben bis zuletzt

Die Begleitung von Menschen  
in schwerer Krankheit

Der Tod ist in unserem Leben allgegenwärtig, auch wenn wir das oft nicht wahrhaben wollen. Die Hospizbewegung hat es sich zur Aufgabe gemacht, einerseits schwer kranke und sterbende Menschen zu betreuen, andererseits dazu beizutragen, dass der Tod einen Platz im Leben aller Menschen bekommt. Die Betreuung am Lebensende kann und soll niemals ausschließlich in den Händen von Profis liegen. Sie ist eine Aufgabe, die jeder und jedem von uns zukommt.

**Referent:** Mag. Werner Mühlböck, MBA,  
Geschäftsführer der THG

**Termin:** Donnerstag, 27. März 2014,  
19.30 bis 21.00 Uhr

**Ort:** Bildungshaus Osttirol, Kärntner Straße 42, Lienz  
Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.



### 10 Jahre Silz, Mieming

Einfach da sein, ...

... einander begegnen, jedem in seiner Einzigartigkeit!

Die Hospizgruppe Mittleres Oberinntal – Mieminger Plateau feierte im Rahmen des Welthospiztages 2013 ihr Zehn-Jahres-Jubiläum.



### Wörgl

Gründungsfeier der neuen Hospizgruppe Wörgl  
„Den Tagen mehr Leben geben“

In diesem Sinn ist es den sieben ehrenamtlichen Hospizbegleiterinnen ein Anliegen, vor allem Lebens- und nicht nur Sterbebegleiterinnen zu sein.



Herlinde Wurzer gemeinsam mit ihrer Mutter an deren letzten Geburtstag im Juli 2012.

„Vor ziemlich genau einem Jahr ist meine 85-jährige Mutter verstorben. Sie ist wegen Durchblutungsstörungen in den Beinen in die Klinik gekommen, um mit einer Sonde die Venen dehnen zu lassen“, erzählt ihre Tochter Herlinde Wurzer. „Nach dem Eingriff, der gut verlaufen ist und sie schmerzfrei und glücklich machte, erzählte sie mir, dass sie nun immer wieder träumen würde, dass ihre Nieren versagen werden.“ Nichts deutete darauf hin, dass ihre Mutter dem Sterben schon nahe war. „Am nächsten Tag kam ich neuerlich in die Klinik, um sie zu besuchen. Wir begrüßten uns, sprachen einige Worte miteinander und plötzlich gingen die Augen auf und meine Mutter tat ihren letzten Atemzug.“

### Wenn Kopf und Herz nicht zusammenkommen

Im Kopf war Herlinde Wurzer klar, dass ihrer Mutter ein wunderbar friedliches Sterben vergönnt war, wie man es jedem nur wünschen kann. In

ihrem Herzen kam sie aber mit dem plötzlichen Verlust ihrer geliebten Mutter nicht zurecht. „Zum Glück rüttelte mich meine Nichte wach. Sie empfahl mir, mir helfen zu lassen.“

### Wo Worte versagen, können Symbole helfen

Die Trauergruppe der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft wurde ihr im nächsten halben Jahr zu einer großen Stütze. Zu erleben, dass sie mit ihrer Trauer nicht alleine war, half ihr besonders. „Die Möglichkeit, meine Trauer ausdrücken zu können, wo Worte versagen, war für mich eine neue und bereichernde Erfahrung. Mit Ton formten wir, was die geliebte, verlorene Person für uns bedeutet.“

Für ihre Mutter modellierte sie ein großes Herz und Blumen aus Ton. „Auch wenn die Traurigkeit heute noch in Wellen kommt und geht, war und ist es unglaublich tröstlich, einfach gemeinsam traurig sein zu dürfen.“

### Beginn von zwei Trauergruppen in Innsbruck und Imst

#### Innsbruck

Dienstag, 11. März 2014  
18.30 Uhr  
Haus Marillac  
Sennstraße 3, 6020 Innsbruck

#### Imst

Donnerstag, 13. März 2014  
19.00 Uhr  
Pflegezentrum Gurgltal  
Pfarrgasse 10, 6460 Imst

Referent: Dr. Gerhard Waibel,  
Psychotherapeut und Theologe

Die Teilnahme an den ersten zwei Abenden ist kostenfrei. Für die restlichen sieben Abende fällt ein Unkostenbeitrag von 50 Euro an.





3.500 TirolerInnen sind fördernde Mitglieder der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Wir sehnen uns ein Leben lang danach, verstanden und angenommen zu werden, so wie wir sind.

Am Lebensende verstärkt sich der Wunsch angenommen zu sein. Wenn Menschen Rollen, die sie im Leben eingenommen haben, nach und nach aufgeben müssen, steigt das Bedürf-

nis nach echter Verbindung – nach offenen Gesprächen und nach Berührungen, die oft tiefer wirken als Worte.

„Manchmal kommen am Lebensende wieder kindliche Instinkte hoch. Ich erlebe sehr oft, dass unsere Patientinnen und Patienten nach meiner Hand greifen, dass ihnen diese Verbindung wichtig ist – auch bei ‚gestandenen Mannsbildern‘, bei denen man es vielleicht nicht vermutet“, erzählt Christian Sint, Seelsorger auf der Hospizstation in Innsbruck.

### Sich verstanden fühlen

Sterbenden Menschen und ihre Angehörigen sollen spüren, dass wir ihre Ängste, Nöte und Sorgen verstehen und für sie da sind. Dabei geht es einerseits um ganz pragmatische Dinge, wie eine optimale medizinische Schmerztherapie, um die letzten Wochen so lebenswert wie möglich zu machen. Andererseits schenken aber vor allem unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen wertvolle Zeit – für tiefe Gespräche, wichtige Antworten oder einfach fürs „Da-Sein“. Oft ist die stille Anwesenheit das größte Geschenk für unsere PatientInnen.

### Wir sagen Danke!

„Ich möchte mich ganz herzlich bei allen fördernden Mitgliedern bedanken. Mit ihrer Spende schenken sie schwer kranken Menschen eine **ganzheitliche Begleitung und wertvolle Momente menschlicher Nähe.**“  
Werner Mühlböck, Geschäftsführer der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft.

## Fördernde Mitgliedschaft

Unterstützen Sie schwer kranke und sterbende Menschen dauerhaft.

**Jetzt förderndes Mitglied mit einem Jahresbeitrag von 43 Euro werden!**

Tel.: 0512/7270-38  
E-Mail: [office@hospiz-tirol.at](mailto:office@hospiz-tirol.at)

## Hotline

**Täglich (auch sonn- und feiertags) von 8.00 bis 20.00 Uhr**  
für Betroffene, pflegende Angehörige, ÄrztInnen, Heime und andere Einrichtungen

**0810/969878**

**Spendenkonto:** IBAN: AT66 2050 3000 0014 0285; BIC: SPIHAT22  
Tiroler Sparkasse

**IMPRESSUM** Zeitschrift der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft Nr. 1/Jänner 2014

Heiligegeiststr. 16 • 6020 Innsbruck • Tel.: 0512/7270-38 • Fax: 0512/7270-5 • [office@hospiz-tirol.at](mailto:office@hospiz-tirol.at) • [www.hospiz-tirol.at](http://www.hospiz-tirol.at)

Inhaber und Verleger: Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Verein der Caritas • F. d. I. v.: Werner Mühlböck und Maria Strelj-Wolf;

Gestaltung: Stadthaus38 • Druck: Athesia-Tyrolia Druck GesmbH, Innsbruck

DVR: 0803618

