

JANUAR 2023

# SONNENBLUME



## WIE BEGEGNE ICH EINEM MENSCHEN?

„Sich füreinander Zeit zu nehmen, nicht erst wenn die Bedürftigkeit steigt, braucht Offenheit.“

Marina Baldauf,  
ehrenamtliche Vorsitzende Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Die Dankbarkeit für viele berührende Begegnungen im Jahr 2022 und die Rückbesinnung auf das Wesentliche geben mir Kraft und Halt für neue Herausforderungen. Immer wieder ist es wichtig, sich auf die Grundidee der Hospizbewegung zu besinnen. Auch wenn Veränderung und neue Blickwinkel ein wachsames Auge brauchen, stehen für uns der Mensch in seiner Endlichkeit und die damit verbundene Begleitung im Vordergrund.

Hospiz ist eine persönliche Haltung zum Leben und zum Sterben. Sie ist nicht an einen Ort gebunden, sie kann immer und überall gelebt werden. Die entscheidende Frage ist: Wie begegne ich einem Menschen? Wie begegne ich ihm im Leben und auch im Sterben?

### NEUES BEWUSSTSEIN IN DER GESELLSCHAFT

Interesse am Leben anderer zu zeigen und nicht vorzeitig zu urteilen, kann so manche Lebenssituation verändern und innige Gespräche zulassen. Sich zu begegnen und sich füreinander Zeit zu nehmen, nicht erst wenn die Bedürftigkeit steigt, braucht Offenheit und „guten Willen“. Das zeichnet gerade auch das ehrenamtliche Engagement unserer Gemeinschaft aus, immer in Ver-

bindung mit ganzheitlicher, liebevoller Pflege und medizinischer Versorgung. Hospiz und Palliativ Care haben in den letzten Jahren ein neues Bewusstsein in unserer Gesellschaft gestärkt und helfen oft, ausweglose Lebenslagen zu bewältigen. Ein damit verbundenes hohes Maß an fachlicher Kompetenz und menschlicher Verbundenheit versuchen wir über Lehrgänge, Bildungsveranstaltungen und Vorträge durch unsere Akademie zu ermöglichen.

In Zeiten der Veränderung und Verunsicherung bin ich dankbar, dass es uns mit viel Unterstützung gelingt, unsere Versorgungsangebote verlässlich anbieten zu können. Vernetzungsarbeit und Kooperationen ermöglichen uns Austausch und konstruktive Zusammenarbeit. Ein offener, menschlicher Umgang in unserer Organisation und mit Menschen am Lebensende ist mir wichtig und macht Mut für gemeinsame Schritte in die Zukunft.

## DAS ZEITLICHE SEGNE

„Wir leben in einer Gesellschaft der Rufbereitschaft, deren Agent das Smartphone ist – mit eingebauter Pausenlosigkeit.“

Werner Mühlböck,  
Geschäftsführer Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



„Ich empfinde tiefe Dankbarkeit, wenn ich auf mein Leben zurückschaue“, ließ mich Anna in einem Gespräch wissen, das ich vier Tage vor ihrem Tod auf der Hospiz- und Palliativstation mit ihr führte. Und mit einem Lächeln auf den Lippen fügte sie hinzu: „Ich freue mich auf meine neue Geburt und darauf, endgültig das Zeitliche, mein irdisches Leben und euch, die ihr noch eine Weile hierbleiben werdet, zu segnen.“ Diese Worte gehen mir nach, auch deshalb, weil ich Anna als so ruhig, so positiv, so gefestigt, so hingebend und so hinnehmend wahrgenommen habe. Doch: Welche Zeit gilt es zu segnen?

### DIE TICKENDE ZEIT

Für den Philosophen Peter Heintel ist das Charakteristikum unserer Zeit das hektische Ausgerichtet-Sein auf die Zukunft. Dadurch scheint alles wertlos, was bereits existiert oder einmal gewesen ist. Immer kürzer ist die Lebensdauer dessen, was neu entsteht, immer schneller verliert das an Bedeutung, was wir hervorbringen. Die gnadenlos tickende Zeit hindert uns, gegenwärtig zu sein. Mit dieser Flüchtigkeit der Gedanken und Dinge einher geht eine dauernde Unruhe. Wir leben in einer Gesellschaft der Rufbereitschaft, deren Agent das Smartphone ist – mit eingebauter Pausenlosigkeit. Marianne Gönemeyer sieht in der zunehmenden Beschleunigung die Tendenz, Verschiedenheit einzuebnen und Gleichförmigkeit hervorzubringen. Mensch und Welt werden radikal vereinfacht. Es wird auf Besonderheit verzichtet, weil sich aus dem Besonderen und Einmaligen nun einmal kein Zeitgewinn herausholen lässt. Die reine Zweckmäßigkeit triumphiert und man kommt ohne Umschweife miteinander zur Sache. Der Zwang zur Beschleunigung ist in alle Poren gesellschaftlicher

Existenz gedungen und hat der Natur, der Gesellschaft und dem Individuum unauslöschliche Spuren eingegraben.

### DER ZU OPTIMIERENDE MENSCH

Für die Schweizer Philosophin Dagmar Fenner ist die Selbstoptimierung der derzeit meistdiskutierte Trend in der Gesellschaft. Aus dem Druck, schöner, schlanker oder schlauer zu werden, sei bereits ein „gesellschaftliches Leitbild“ erwachsen, das unsere Lebenswelt immer stärker prägt. Selbstoptimierung ist dabei, zur alles durchdringenden Ideologie zu werden. Auch Praktiken, die dem Leistungsdruck eigentlich entgegenwirken sollten, sind selbst davon infiltriert: Wellness-Programme, Yoga- und Achtsamkeitskurse geraten heute oft zur Jagd nach der bestmöglichen Entspannung, der effizientesten Regeneration. Daher fordert Fenner die bewusste Etablierung von „optimierungsfreien Zonen“.

Reimer Gronemeyer sieht den heutigen Menschen als Macher durch und durch. Wenn das Leben die letzte Gelegenheit und der Tod das endgültige Ende ist, dann steigert sich die Verlustangst ins Unerträgliche. Zudem ist die Aufgabe der Selbsterschaffung und Selbstverbesserung, die sich das Individuum zur Pflicht macht, prinzipiell immer unvollendet. Für dieses Individuum kommt der Tod chronisch zu früh. Wenn der Tod nicht mehr aus der Hand Gottes kommt, dann, so Reimer Gronemeyer, ist er ein Verhängnis der Natur, ein Übel, ein Makel, der ihr anhaftet. Und so wird der Widerstand gegen den Tod darauf konzentriert, ihm so viel hiesiges Leben wie möglich abzuringen. Auch Mephisto mahnt Faust zur Eile: „Doch nur vor einem ist mir bang;/Die Zeit ist kurz, die Kunst ist lang.“ Mephisto will Faust mit seichten



Zerstreuungen betäuben, mit faden Vergnügungen trunken machen, ihn in turbulentes Treiben stürzen und mit wilden Ausschweifungen locken, um ihn desto sicherer leer ausgehen zu lassen. Mephistos Ziel ist es, Faust durch den lärmenden Tumult der Welt besinnungslos zu machen, in eine trügerische Zufriedenheit zu versetzen, anstatt den Dingen auf den Grund zu gehen.

#### DEM MODUS DER EILE DIE BESINNUNG ENTGEGENSTELLEN

Dem Modus der Eile gilt es, die Besinnung entgegenzustellen. In der Besinnung geht es darum, zu den Sinnen zu kommen und den Weg zu erkennen. Vielfach ist uns der Grund verschwunden im hastigen Voranschreiten. Der Eilende richtet den Blick nie zurück. Das Innehalten provoziert demgegenüber das Stehenbleiben, ebenso das Zurückschauen und Nachdenken. Im alten Griechenland gab es in der philosophischen Schule der Stoa die Übung, das Leben von der eigenen Sterbestunde aus zu betrachten. Dadurch, so schreiben Andreas Heller und Patrick Schuchter, gelangte man zur Erkenntnis, „falsche“ Vorstellungen vom Leben von den klaren und „wahren“ zu unterscheiden. Bei schwierigen Entscheidungen den Blickwinkel vom Ende her einzunehmen, kann bereichernd und eine Quelle für Weisheit sein.

#### VON DER GIER NACH BEACHTUNG

Dem Modus des Blicks auf sich selbst, auf die eigene Selbstoptimierung, gilt es, den Blick hin zum anderen

entgegenzusetzen: von der Gier nach Beachtung hin zum Geben von Zuwendung und zum Aufrichten. Wo immer krankem, geschwächtem und bedrohtem Leben aufgeholfen wird, da schimmert die Macht der Hoffnung durch. Es gibt Formen der Hinwendung zum anderen Menschen, die ihrem innersten Wesen nach zur Beschleunigung untauglich sind. Das Denken gehört dazu, das Empfinden, die Besinnung, die Betrachtung, die Befreundung, das Vertrauen, das Mitgefühl und auch die Trauer.

Wir sollten den Modus ändern vom hastigen Ausgerichtet-Sein auf Spaß und Genuss hin zur lebenslangen Aufgabe der Entwicklung unserer Fähigkeit, Kreativität, Mitgefühl, Liebe und Freude zu empfinden. Aus dem guten Umgang mit dem eigenen Leiden kann die Fähigkeit erwachsen, sich selbst und andere gut leiden zu können.

#### SICH INS LEBEN WERFEN UND BLAUE FLECKEN RISKIEREN

Melanie Wolfers appelliert an unseren Mut, uns ins Leben hineinzuworfen und damit zu riskieren, uns blaue Flecken zu holen, uns emotional berührbar zu machen und die unabsehbaren Folgen der Hingabe zu riskieren. Es gilt, die „Zentralverriegelung Angst“ dauerhaft zu deaktivieren, um tiefe Beziehungen zu leben und zu ermöglichen.

Eine genaue Betrachtung lohnt das Nachdenken über eine Abkehr vom Modus der Sicherheit, die es letztlich nicht gibt, hin zum Halt. Die eingangs zitierte Anna öff-

„Selbstoptimierung ist dabei,  
zur alles durchdringenden  
Ideologie zu werden.“



nete mir die Augen für den feinen Unterschied zwischen Halt und Sicherheit. Sicherheit ist zum größten Bedürfnis (und Geschäft) unserer Zeit geworden, bleibt aber letztlich unerreichbar und eine Vertröstung. Halt dagegen ist tiefer und besitzt die Fähigkeit zu trösten.

#### SICH NICHT RESTLOS VOM LEID BESTIMMEN LASSEN

Anna hinterließ in mir den Eindruck einer Gehaltene. Sie war gehalten als eine Glaubende und Hoffende, die daran zu glauben vermochte, dass es etwas noch Rettendes gibt, das über die jetzige Widrigkeit hinaus Bestand hat. Diese Hoffnung kann helfen, durch das Leid hindurch eine Sinnaussicht zu erfahren und sich nicht restlos durch das Leid bestimmen zu lassen. Oder wie es der deutsche Medizinethiker Giovanni Maio ausdrückt: „eine Hoffnung nicht als die Leugnung der Möglichkeit des Vergeblichen, sondern als Glaube an die Bewältigbarkeit des Vergeblichen“. Anna hat mir auch vor Augen geführt, welche Kraft im Annehmen des Schicksals steckt. Darin liegt eine große Weisheit, die jedoch in unserer vom Machen dominierten Zeit erdrückt zu werden droht. Angesichts der vielen technischen und rechtlichen Möglichkeiten des Umgangs mit Leid, Sterben und Tod droht das Schicksal zur „Machsals“ (Giovanni Maio) zu werden. In einer von Planung, Machbarkeit und Garantiedenken durchdrungenen Zeit tendieren wir dazu, lieber zu rechnen als zu hoffen. Aus dieser kalkulatorischen Einstellung heraus lebt der Mensch im Modus der Erwartung und

nicht mehr im Modus des Hoffens und des „Sich-anheim-fallen-Lassens“.

Für Albert Schweitzer waren das einzig Wichtige im Leben die Spuren, die wir hinterlassen, wenn wir gehen. Zur Melodie, die Anna in mir zum Schwingen gebracht hat, zählt auch die schöne Umschreibung ihres Lebensendes, das sie mit dem Segnen und Segen-Sein verbindet. Auch Anna hat ihr Leben offensichtlich unter diesen Segen gestellt und – angelehnt an eines ihrer Gebete – als die zwei wichtigsten Zeiten ihres Lebens „das Jetzt und die Stunde unseres Todes“ gesehen.

Wer ehrlichen Herzens Amen dazu sagen kann, stellt, davon bin ich überzeugt, seine Zeit auf einen guten Grund.

# ESSEN UND TRINKEN – MEHR ALS REINE NAHRUNGS-AUFNAHME

„Sterbende essen und trinken nichts oder sehr wenig, weil sich ihr Stoffwechsel reduziert hat und sie die Nahrung oft gar nicht (mehr) aufnehmen können.“

Christine Haas-Schranzhofer,  
Pflegedirektorin Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Es ist ein wunderschöner Tag im Oktober 2022. Frau J. sitzt allein am Mittagstisch im Wohnbereich der Hospiz- und Palliativstation und stochert in ihrem Essen herum. Ihr Blick ist traurig und sie wirkt sehr müde. Ich setze ich mich mit meinem Teller mit Erdbeerknödeln neben sie. Gleich darauf kommen noch andere Patient\*innen und einige Kolleg\*innen dazu, und schon sind alle Plätze besetzt. Es beginnt ein Gespräch über das prachtvolle Herbstwetter, an dem sich auch Frau J. rege beteiligt. Nur ihr Reisfleisch bleibt weiterhin unberührt. Ich frage sie, ob sie lieber etwas anderes möchte und serviere ihr eine Kostprobe der Knödel. Drei Bissen isst sie mit Genuss, der Rest bleibt übrig. Frau J. meint daraufhin: „Wegen Ihnen hab ich jetzt etwas Ungesundes gegessen und auch noch ein Restl zum Wegschmeißen gelassen.“ Am Tisch entwickelt sich eine Diskussion rund um gesunde Ernährung und Nachhaltigkeit. Die Meinungen gehen von „Low Carb“ bis „Vegetarisch“ und von „Immer-wieder-eine-Kleinigkeit“ bis zu „16:8“.

Ich melde mich ebenfalls zu Wort und sage: „Jedem das Seine! Ich denke, dass jeder Mensch selbst spürt, was ihm gerade guttut und was nicht. Das ist individuell verschieden und auch von der Lebenssituation abhängig – im Moment ist mir jedenfalls die Hauptsache, es schmeckt!“ Als Frau J. das hört, lächelt sie und bittet mich um ein Gespräch in ihrem Zimmer.

## ZUSAMMEN SCHMECKT ES BESSER

Unter vier Augen fragt sie mich, wie ich das mit der „Lebenssituation“ gemeint habe und was sie tun kann, weil ihr einfach nichts schmeckt. Sie sagt: „Es ist schon besser, wenn man nicht alleine beim Essen ist. Trotzdem muss ich mich zu jedem Bissen zwingen.“ Mit ihren Erläuterungen spricht Frau J. mehrere Dimensionen an,

die mit Essen und Trinken in Verbindung stehen: In fast allen Kulturen der Welt wird gemeinsames Essen und Trinken sowohl im öffentlichen als auch im privaten Bereich gerne zelebriert und ist nicht umsonst Bestandteil vieler Feste und Feiern. Miteinander zu speisen, bedeutet viel mehr als bloße Nahrungs- oder Flüssigkeitsaufnahme. Gemeinsam zu essen und zu trinken verbindet uns Menschen und tut auch unserer Seele gut.

## „LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN“

Essen und Trinken sind menschliche Grundbedürfnisse. Sie zu erfüllen, ist uns ein Anliegen nicht nur für uns selbst, wir möchten auch unsere Lieben darin unterstützen. Jemandem das Frühstück ans Bett zu bringen, sie oder ihn mit einer Leibspeise zu verwöhnen, sind Zeichen von Fürsorge und Zuwendung. Essen und Trinken bedeuten Leben: Idealerweise führen wir unserem Körper nicht nur ausreichend Kalorien, sondern möglichst gesunde, vitamin- und ballaststoffreiche Nahrung und Flüssigkeit zu. Wie und in welcher Form wir das tun und welche Bedeutung wir dem beimessen, ist individuell sehr verschieden. Selbst Ernährungswissenschaftler sind sich darin nicht einig. Fakt ist jedoch, dass die in der Nahrung enthaltenen Kohlehydrate, Fette und Proteine vom Körper zu ATP (Adenosintriphosphat) umgebaut werden, das dann den Mitochondrien jeder einzelnen Zelle zur Verfügung steht. Dieser komplizierte Prozess liefert die für das Leben benötigte Energie. Daher ist es existenzbedrohend, über längere Zeit nichts (mehr) zu essen und zu trinken.

## WIR HABEN ANGST ZU VERHUNGERN UND/ODER ZU VERDURSTEN

In ihrem Zimmer stelle ich Frau J. die Frage, was ihrer



Meinung nach passiert, wenn sie ab sofort nur mehr jene Speisen und Getränke zu sich nimmt, auf die sie gerade Lust hat. Sie antwortet spontan: „Das wäre ja herrlich!“, und nach einer kleinen Pause: „Aber dann verhungere ich wohl?“ Sie berichtet auch, dass ihr nach dem Essen meistens schlecht ist. Sie spürt, dass ihr das Essen nicht mehr guttut. Behutsam versuche ich ihr zu vermitteln, dass dies ein normaler Prozess bei schwerer Krankheit und ganz speziell am Ende des Lebens ist. Menschen in der Sterbephase sterben nicht, weil sie nichts mehr essen und trinken – es ist genau umgekehrt: Sie essen und trinken nichts oder sehr wenig, weil sich ihr Stoffwechsel reduziert hat und sie die Nahrung oft gar nicht (mehr) aufnehmen können.

## AUF DIE INNERE STIMME HÖREN

Ganz besonders dann ist es gut und richtig, auf die innere Stimme zu hören. Man sollte nur so viel (oder so wenig) essen und trinken, wie gut schmeckt, am besten gemeinsam mit anderen und ohne Rücksicht auf Ernährungsratschläge, auch wenn sie noch so gut gemeint und wissenschaftlich fundiert sind. Sich zu sehr zu zwingen oder Nahrung und Flüssigkeit künstlich über eine Sonde oder als Infusion zuzuführen, kann sogar schaden. Übelkeit, Erbrechen oder Wassereinlagerungen können die Folge sein. Besonders gefürchtet ist Flüssigkeit in der Lunge, denn dies kann zu großer Atemnot führen. Letztlich ist es nicht das Verhungern, sondern die Krankheit, die zum Tod führt.

## DAS GESCHMACKSEMPFINDEN ÄNDERT SICH

Wie bei allen Sinnen verändert sich im Laufe des Lebens auch der Geschmackssinn. Mit zunehmendem

Alter würzen einige Menschen ihre Speisen stärker. Unabhängig davon gibt es jedoch auch pathologische Einflüsse. Bei vielen Patient\*innen kann es aufgrund ihrer Erkrankung oder auch durch deren Behandlung (Medikamente, Chemotherapie, Bestrahlung) zu einem veränderten Geschmacksempfinden kommen. Manche Patient\*innen berichten, dass alles „seifig“, „salzig“ oder „sauer“ schmeckt. Leider kann dagegen oft nur wenig getan werden. Aber auch das Milieu im Mund spielt eine große Rolle. Ein sehr trockener Mund oder eine belegte Zunge können für solche Missempfindungen ebenso verantwortlich sein. In solchen Fällen kann intensive Mundpflege helfen.

## AUSPROBIEREN, WAS SCHMECKT UND GUTTUT

In jedem Fall lohnt es sich, verschiedene Möglichkeiten auszuprobieren und sich selbst oder seine Lieben nach Lust und Laune mit diversen Köstlichkeiten zu verführen. Nicht nur dann, aber ganz besonders in der letzten Lebenszeit sind appetitlich servierte „kleine Sünden“ sinnvoll. Wenn größere Portionen mehr belasten als guttun, kann auch ein kleiner Happen ein Stückchen Lebensqualität bescheren. Oft geht es „nur“ um den guten Geschmack im Mund, dafür kann auch ein kleiner Bissen sorgen, sogar dann, wenn dieser nicht geschluckt werden kann. Schließlich geht es darum, sich wohl, besser – oder zumindest nicht schlechter – zu fühlen.

Nach unserem Gespräch versichert mir Frau J.: „Es ist zwar schwer zu wissen, dass ich nicht mehr lange leben werde, aber ich bin auch ein bisschen erleichtert. Ich verstehe meinen Körper wieder und werde mich wieder mehr auf mein Gespür verlassen. Darum habe ich mir vorgenommen, nur mehr zu essen, was und wie viel ich will!“



# EHRENAMT



## NEU: TRAUERCAFÉ IMST

Ehrenamtliche Hospizbegleiterinnen ermöglichen ein neues Trauerangebot in Imst. Das TrauerCafé ist ein offener Treffpunkt für Trauernde, die sich mit anderen Trauernden austauschen, ihrer Trauer Raum, Zeit und Ausdruck schenken wollen und Unterstützung suchen. Denn: „Zusammen ist man weniger allein.“

## ORT UND TERMIN

Jeweils am letzten Freitag im Monat

Zeit: 14:30 bis 16:30 Uhr

Ort: Pfarrwidum Imst, Konferenzsaal  
Pfarrgasse 15, Imst

## Informationen:

Sabine Hosp  
Tel.: 0676/8818870



Frischer Wind für die Hospizbewegung



Hospizteam Tarrenz-Gurgltal

## KURSABSCHLUSS ZUR EHRENAMTLICHEN HOSPIZBEGLEITUNG IM AUSSERFERN

An 15 Personen aus den Bezirken Reutte, Imst, Landeck und Kitzbühel konnte am Abschlussstag das Zertifikat zur Ehrenamtlichen Hospizausbildung überreicht werden. Die Ausbildung umfasst 95 Stunden Theorie und 80 Stunden Praktikum. Das Praktikum wurde unter anderem im Tageshospiz, im Palliativteam, auf Palliativstationen, in Altenwohnheimen, in Sozialsprengeln und in Einrichtungen für Menschen mit Behinderung absolviert. Wir wünschen den Absolvent\*innen ein gutes Ankommen in den Hospizteams.

## 20 JAHRE EHRENAMTLICHE HOSPIZBEGLEITUNG IN TARRENTZ-GURGLTAL

Im Oktober 2022 feierte das Hospizteam Tarrenz-Gurgltal sein 20-jähriges Bestehen. Die Feier fand im Rahmen eines Gottesdienstes in der Pfarrkirche Tarrenz statt. Im Rahmen des Jubiläums wurde vom Team auch wieder ein TrauerRaum in der Veitskapelle angeboten. Frieda Köll und Resi Gabl leiten ehrenamtlich das Hospizteam mit zwölf ehrenamtlichen Hospizbegleiter\*innen. Diese haben viel dazu beigetragen, dass der Hospizgedanke in der Region gut verwurzelt ist. Offen sein, da sein, Halt geben, zuhören, das Leben würdigen und viel Freude mit den Menschen teilen, all das gehört dazu.

# EIN STÜCK HEIMAT ZUM MITNEHMEN

Von Urban Regensburger



Oliver ist Patient auf der Hospiz- und Palliativstation im Hospizhaus. Lisi ist ehrenamtliche Hospizbegleiterin im Tageshospiz. An einem Donnerstag kommen sie zufällig ins Gespräch miteinander und bemerken, dass sie vieles verbindet.

## GEMEINSAME LEIDENSCHAFT

Lisi ist Friseurin, daher bietet sie Oliver an, dass sie ihm die Haare schneidet. „Ich war zuerst etwas überrascht über das Angebot“, berichtet Oliver, „aber nach einigen Überlegungen habe ich gern zugestimmt.“ Wie viele Friseurinnen ist auch Lisi eine gute ZuhörerIn, Oliver nennt sie gar eine gute Psychologin. „Während ich Oliver die Haare geschnitten habe, haben wir unsere gemeinsame Leidenschaft für Kroatien entdeckt“, erinnert sich Lisi: „Oliver hat in seiner Jugend viel Zeit in Kroatien verbracht und mein Mann und ich machen regelmäßig Segeltörns an der Küste. Wir beide lieben das Land.“

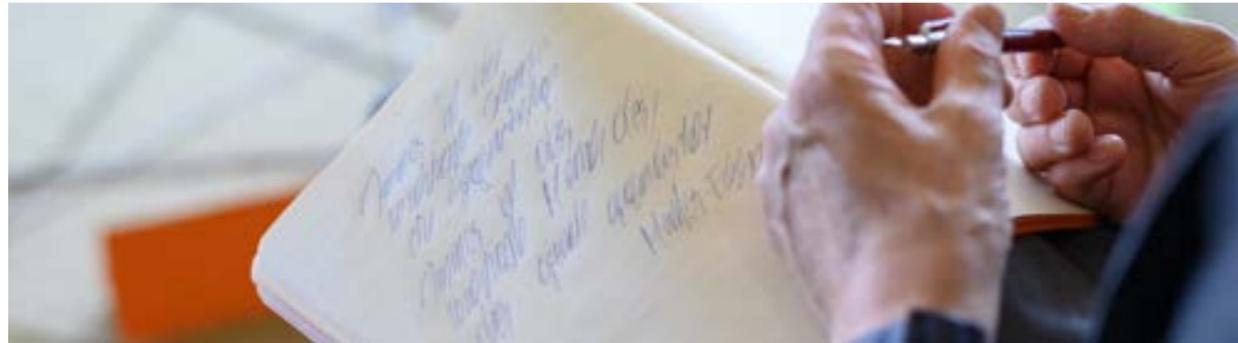
## STEINE AUS BRAC

Wie es der Zufall wollte, plante Lisi zu diesem Zeitpunkt eine weitere Reise nach Kroatien. „Aufgrund meiner Krankheit kann ich keine weiteren Reisen mehr machen und ein Besuch der Insel ist leider nicht mehr möglich“, stellt Oliver fest. „Daher bat ich Lisi, ob sie mir ein paar Steine aus Brac mitbringen könnte.“

Lisi und ihr Mann kamen dem Wunsch gerne nach. An einem schönen Herbsttag machten sie einen Segeltörn zu einer kleinen Bucht auf der Insel Brac. Dort sammelte Lisi wunderschöne Steine, die sie Oliver nach ihrem Urlaub schenkte.

„Die Steine sind für mich ein Stück Heimat. Immer wenn ich sie in die Hand nehme, denke ich an meine glückliche Zeit in Kroatien zurück“, führt Oliver aus: „Einen Stein habe ich bereits für mein Grab ausgesucht. Er kommt auf die Granitplatte, die nach meinem Tod auf meinem Urnengrab angebracht werden soll.“

# HOSPIZ.PALLIATIV.AKADEMIE



## VORTRÄGE UND SEMINARE

- VORTRAG** **„END-lich leben“**  
Für Interessierte
- Donnerstag, 23. Februar 2023, 19–20:30 Uhr**  
Hall, Hospizhaus Tirol, Milser Straße 23
- Referent\*innen: Marina Baldauf und  
Mag. Werner Mühlböck, MBA
- Im Vortrag wird aufgezeigt, wie wir dazu beitragen können, die letzte Lebensphase für Betroffene gut zu gestalten und einen gemeinsamen Blick auf unsere eigene Endlichkeit zu werfen.
- 
- VORTRAG** **Begegnungen mit Trauernden am Arbeitsplatz**  
**Bitte nur keine Tränen!**  
Für Interessierte
- Mittwoch, 15. März 2023, 19–20:30 Uhr**  
Hall, Hospizhaus Tirol, Milser Straße 23
- Referentin: Mag.<sup>a</sup> Maria Strelj-Wolf
- An diesem Abend geht es um eine reflektierende Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer am Arbeitsplatz. Ihre persönlichen Fragen bekommen Raum und wir suchen nach Möglichkeiten, Trauernden authentisch und sicherer zu begegnen.
- 
- SEMINAR** **Hallo, ich lebe noch**  
**Trauernde Geschwister begleiten**  
Für Ärzt\*innen, Pflegepersonen und Fachkräfte in der Betreuung schwer kranker Menschen
- Freitag, 24. März 2023, 9–17 Uhr**  
Hospizhaus Tirol, Milser Straße 23, Hall
- Referentin: Stephanie Witt-Loers
- Im Seminar werden die Trauerprozesse von Geschwistern und Möglichkeiten einer familienorientierten Begleitung in den Blick genommen.

Anmeldung und Information zu allen Veranstaltungen der Akademie:  
[akademie@hospiz-tirol.at](mailto:akademie@hospiz-tirol.at) oder telefonisch unter **05223 43700-33676**

# TIROLER HOSPIZ-GEMEINSCHAFT

## ANGEBOTE FÜR STERBENDE, SCHWER KRANKE MENSCHEN UND IHRE ANGEHÖRIGEN

### MOBILES HOSPIZ- UND PALLIATIVTEAM

Ein multiprofessionelles Team unterstützt schwer kranke, sterbende Menschen zu Hause oder im Pflegeheim. Das Mobile Hospiz- und Palliativteam ist in Innsbruck und im Bezirk Innsbruck-Land im Einsatz und arbeitet in Kooperation mit den ambulanten Pflegeeinrichtungen und Hausärzt\*innen.

### HOSPIZ- UND PALLIATIVSTATION

Auf der Hospiz- und Palliativstation mit 14 Betten werden sterbende Menschen mit komplexen Symptomen wie Schmerzen, Atemnot oder Übelkeit in der letzten Lebensphase ganzheitlich palliativmedizinisch betreut.

### TAGESHOSPIZ

Das Tageshospiz bietet spezialisierte Tagesbetreuung für schwer kranke, transportfähige Menschen in der letzten Lebensphase, die noch zu Hause leben.

### PALLIATIVMEDIZINISCHE AMBULANZ

In die Palliativmedizinische Ambulanz können Patient\*innen, die unter einer fortgeschrittenen Erkrankung leiden, zur ambulanten Behandlung oder Beratung kommen.

### EHRENAMTLICHE HOSPIZBEGLEITUNG

Ehrenamtliche Hospizbegleiter\*innen schenken sterbenden und schwer kranken Menschen Zeit und Zuwendung und entlasten Angehörige. Ehrenamtliche begleiten zu Hause, in Heimen, Krankenhäusern und im Hospizhaus Tirol.

### KONTAKTSTELLE TRAUER

Wir unterstützen Trauernde in drei kostenlosen Einzelgesprächen, begleiteten Trauergruppen Trauercafés und bei Trauerspaziergängen.

### HOSPIZ.PALLIATIV.AKADEMIE

Unsere Akademie bietet Bildungsveranstaltungen zu pflegerischen, medizinischen, psychosozialen und spirituellen Themen an.

### HOTLINE

Täglich von 8 bis 20 Uhr: **0810 969 878**

Auskunft und Beratung rund um lebensbedrohliche Erkrankungen für Betroffene, pflegende Angehörige, ärztliches Fachpersonal, Heime und andere betreuende Einrichtungen.

Nähere Informationen zu unseren Angeboten finden Sie unter [www.hospiz-tirol.at](http://www.hospiz-tirol.at)  
Gerne beantworten wir Ihre Fragen auch am Telefon oder per E-Mail.  
Tel.: 05223 43700-33600, [office@hospiz-tirol.at](mailto:office@hospiz-tirol.at)

Wir begleiten alle Menschen. Unabhängig von ihren finanziellen Verhältnissen und ihrer Weltanschauung.

# DER ROSEN-KAVALIER

Ein nettes Gespräch und drei Rosen verschönten Christine den Tag.

Romana Thurnes, Seelsorgerin

Eine Kollegin vom Empfang kommt mit drei wunderschönen langstieligen roten Rosen auf die Hospiz- und Palliativstation. Ein zwölfjähriger Bursche habe gerade bei der Eingangstür diese Rosen abgegeben mit den Worten: „Die sind für die Dame in Zimmer 3!“

## CHRISTINE IST PATIENTIN AUF DER HOSPIZ- UND PALLIATIVSTATION

Kurze Zeit später erzählt mir Christine bei meinem Besuch von einer berührenden Begegnung: Sie war am Balkon in der Sonne gesessen und hatte diesem jungen Mann zugesehen, wie er mit seinem Fahrrad unten vor dem Haus ein paar Kunststücke übte. Am Ende der Vorführung klatschte sie. Sie redeten kurz miteinander. Dann düste er mit seinem Rad davon. Keine Stunde später kehrte der Zwölfjährige noch einmal zurück zur Hospizhaustür, drückte der Kollegin am Empfang drei Rosen in die Hand und verschwand erneut mit seinem Fahrrad. Immer wieder kehrt der Bursche zum Hospiz zurück und fragt nach, wie es Christine geht.



## OSTERGOTTESDIENST DER TIROLER HOSPIZ-GEMEINSCHAFT

mit Gedenken an die Verstorbenen am  
Ostermontag, 10. April 2023, 17 Uhr,  
Pfarrkirche St. Pirmin in Innsbruck.  
Es singt der Hospizchor Hall.



## 45 EURO FÜR SCHWER KRANKE MENSCHEN

Bereits 4.000 Tiroler\*innen sind fördernde Mitglieder der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft. „Wir bitten alle Mitglieder“, so Marina Baldauf, „ihren Mitgliedsbeitrag mit dem beiliegenden Zahlschein auch heuer wieder einzuzahlen, und freuen uns über jedes neue Mitglied in unserer Gemeinschaft. Sie alle schenken liebevolle Pflege, Schutz und lebenswerte Tage. Herzlichen Dank!“

### KONTONUMMER

IBAN: AT20 3600 0000 0075 0000  
BIC: RZTIAT22  
RAIFFEISEN-LANDESBANK TIROL AG

DANKE!

### FÖRDERNDE MITGLIEDSCHAFT

Wenn Sie bei uns bereits als förderndes Mitglied registriert sind, ist auf dem Zahlschein beim Verwendungszweck „Mein fördernder Mitgliedsbeitrag 2023 € 45“ eingedruckt.

Wenn Sie Fragen haben oder förderndes Mitglied werden wollen, nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf:

05223 43700-33600  
E-MAIL: OFFICE@HOSPIZ-TIROL.AT