

NR. 4 lebensfreude



... Vertrauen, Hoffnung und Gemeinschaft als heilende Kräfte

Am 5. Oktober 2021 fand der diesjährige Salzburger Hospiztag der Hospiz-Bewegung Salzburg in Kooperation mit St. Virgil Salzburg unter dem Motto „Mit dem Leben gehen – Vertrauen, Hoffnung und Gemeinschaft als heilende Kräfte“ statt.

In ihrem Vortrag zu diesem Thema sprach Ingrid Marth über persönliche Erfahrungen und, als Leiterin des mobilen Palliativteams der Caritas Socialis in Wien, über die heilende Kraft von Begegnung und Gemeinschaft. So wies sie zu Beginn des Vortrags darauf hin, wie wichtig die innere Einstellung und Vorbereitung auf Gespräche und Begegnungen ist.

Wenn ich mit Menschen arbeite, wenn ich im Zweiergespräch oder mit mehreren Menschen beisammen bin, sammle ich mich, stelle mir vor, ich werde gut begleitet. Ich bin nicht ganz allein. Da ist immer jemand, der mich unterstützt, der wohlwollend ist, der mir einfach zur Seite steht. Ich verlasse mich darauf, dass ich gut angenommen, gut aufgehoben bin. Haben Sie jemanden ...

HOSPIZ

HOSPIZ BEWEGUNG Salzburg

editorial



Liebe Freund*innen der Hospiz-Bewegung!

Seit mittlerweile fast zwei Jahren werden wir in allen Lebensbereichen und so auch in der Hospizarbeit durch die derzeitigen Lebensbedingungen bewegt und gefordert. Wir konnten im Oktober den Hospiztag in angepasster und verkürzter Form durchführen, die offizielle Eröffnung vom Lebensraum Tageshospiz Pinzgau in Leogang würdig nachholen und unsere Angebote in den Tageshospizen, in der Hospiz- und Trauerbegleitung umsetzen und immer wieder an die gerade geltenden Bestimmungen anpassen.

Daneben brachten wir uns in diesem Jahr in die Diskussion um die Gesetzgebung zum Hospiz- und Palliativfondsgesetz, sowie zur straffreien Durchführung des „assistierten Suizids“ ein: Die Änderungen beim „Assistierten Suizid“ werfen elementare Fragen nach Leben und Tod auf. Es gilt die Sorgen und Nöte ernst zu nehmen, die zu Suizidwünschen führen und klar Position zu beziehen. Rechtliche und ethische Klärungen sollten Missbrauch und eine Erosion der bestehenden Schutzgesetze rund um das Lebensende verhindern. Die nächsten Jahre werden zeigen, wie sehr ein ab Jahresbeginn 2022 geltendes Gesetz diesen Anforderungen gerecht wird.

Besondere Bedeutung kommt in dieser Zeit der intensiven Kommunikation zu, die aufgrund erschwelter Voraussetzungen neue Rahmenbedingungen schaffen und angepasste Formen entwickeln muss, um echte Begegnung möglich zu machen. Es ist für uns wichtig, allen Betroffenen die Möglichkeit der Betreuung und Begleitung unter Wahrung der nötigen Schutzmaßnahmen bieten zu können, sei es zuhause, in den Tageshospizen, in Senioren- und Pflegeheimen, in Krankenhäusern oder auch in der Begleitung von Menschen in Trauersituationen.

Uns ist es in diesem Zusammenhang sehr wichtig, „Danke“ zu sagen: allen ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter*innen, die zur Aufrechterhaltung unserer Angebote und zum Gelingen der in dieser Zeit so notwendigen Begleitung und Betreuung beigetragen haben: durch ihre Sorgsamkeit, ihre Flexibilität und ihren täglichen Einsatz.

Besonderer Dank gilt auch allen Spender*innen, den Sponsor*innen, den öffentlichen Financiers und allen Freund*innen der Hospiz-Bewegung Salzburg, die uns die Treue gehalten haben, so dass keine wirtschaftlichen Sorgen zu den Herausforderungen im Dienstleistungsbereich hinzugekommen sind. Die Krise macht uns bewusst, was das Heilsame ist, das wir durch neue Erfahrungen gelernt haben: Ja, wir können auch unter geänderten Bedingungen etwas tun. Zusammenhalt, Zuwendung und Lebensfreude sind in dieser Zeit besonders gefragt und gefordert. – Danke!

So wünschen wir allen eine gesegnete Advent- und Weihnachtszeit und alles Gute für 2022!

Ihr Mag. Karl Schwaiger, Obmann
Ihr MMag. Christof S. Eisl, Geschäftsführer

hospiztag



bei sich, der Sie unterstützt, dann müssen Sie nicht alleine kämpfen.

Diesen Sommer war ich mit ein paar sehr lieben Freundinnen in Rauris wandern. Eines Tages waren wir auf einer Alm und dort ist uns ein Smaragdkäfer – so haben wir ihn genannt, wie er wirklich heißt, weiß ich nicht – begegnet. Er ist dort beheimatet gewesen und hat sich in meinem grünen Schal verfangen. Als wir uns dann an den Abstieg machten, war er nicht mehr da und ich habe auch nicht mehr an ihn gedacht. Tags darauf bei einer anderen Wanderung im hinteren Rauristal ist er dann aus meinem Rucksack gekrabbelt und so wurde er an einem fremden, anderen Ort ausgesetzt und in ein neues Leben entlassen.

Wären wir Smaragdkäfer und würde man uns an einem fremden Ort aussetzen, wie würde es uns dabei gehen? Könnten wir darauf hoffen, eine neue

Gemeinschaft zu finden? Eine Gemeinschaft, die sich um uns sorgt, die uns sieht, die uns mit einem freundlichen Blick begegnet, die uns berührt, uns mit freundlicher Geste begegnet, die mit uns spricht. Würden wir diese Sprache, diese Signale verstehen?

Wir sind mit anderen Menschen verbunden, sind solidarisch, wollen etwas mit ihnen erleben, gestalten und uns miteinander freuen. Freude ist auch ein Dank an das Leben und eine wichtige Ressource und hat sogar Auswirkungen auf unser Immunsystem. Wir haben also kostbare emotionale Möglichkeiten, um einander das Leben zu erleichtern und der Zerstörung des Lebens entgegenzuwirken. Es geht um eine existenzielle Grundhaltung der Achtsamkeit dem Leben und den Mitmenschen gegenüber. Denn, wie Paracelsus es sagt: „Die beste Arznei für den Menschen ist der Mensch. Der höchste Grad dieser Arznei ist die Liebe.“

inhalt

hospiztag

- 1 „Mit dem Leben gehen“
- 8 „Der Atem, mein guter Freund und treuer Begleiter.“

akademie

- 10 Elapetsch – oder: Der Sinn des Lebens

hospiz & palliativversorgung

- 16 Zukunft des „Assistierten Suizids“ in Österreich

regionalität

- 20 Hospiz- und Palliativbetreuung – möglichst in vertrauter Umgebung
- 22 Offizielle Eröffnung Lebensraum Tageshospiz Pinzgau

aus der hospizbewegung

- 26 Neue Mitarbeiterinnen und Spenden

hospiztag

Der Leitspruch von Asklepius, dem griechischen Gott der Heilkunst, lautet: Zuerst heile durch das Wort, dann durch die Pflanze und am Schluss durch das Messer. Das Wort verbindet uns. Dadurch wissen wir, ob wir einander vertrauen können. Der Klang unserer Stimme zeigt, wie wir aneinander denken und umeinander besorgt sind. Wir sind Beziehungsmenschen und eine Grundsehnsucht von uns Menschen ist, gesehen, angenommen, wertgeschätzt, wahrgenommen, willkommen geheißen, im Endeffekt geliebt zu werden. Ich muss die Bereitschaft mitbringen, mich einzulassen, mit uneingeschränkter Aufmerksamkeit und Präsenz zuzuhören. Das setzt voraus, dass ich Zeit habe, und dass ich das Mitgeteilte auch aushalte. Auch dass es Momente der Stille und der Pausen gibt, in denen das Gesagte und Gehörte den Raum hat, zu sinken und eine tiefere Wirkung zu entfalten. Wer eine Pause aushält, stimmt zu, dass es im Moment nichts zu sagen gibt und dass es wichtig ist, den Gefühlen Platz zu lassen. Nie vergesse ich die Anwesenheit in einem Zimmer mit einer Sterbenden und zwei Angehörigen. Es war diese Stille, die das Zimmer und alle, die dort in Präsenz und Gewahrsein wachten, zu einem wirklich heiligen Raum erhob. Und ich bin mir sicher, einige von Ihnen hier im Raum kennen das auch.

Des Weiteren bezog Ingrid Marth sich auf die fünf Freiheiten der Psychotherapeutin und Mitbegründerin der Systemischen Familientherapie Virginia Satir: *Virginia Satir orientierte sich an der humanistischen Psychologie, einem optimistischen Modell des Menschen und der Menschheit selbst. Sie ist getragen von der Vorstellung, dass der Mensch von Grund auf gut sei, in der Lage Schwierigkeiten des Lebens in einer Weise zu bewältigen, basierend auf Respekt und Liebe. Satir selbst formulierte das folgendermaßen: „Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden ist. Das größte*

Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Beziehung.“

Die erste Freiheit, die Virginia Satir allen ans Herz legt, ist die, zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist, statt das, was sein sollte, gewesen ist oder sein wird. Hier geht es ums Hier und Jetzt, um Achtsamkeit. Und Achtsamkeit bezieht sich auf den individuellen Umgang mit den Herausforderungen des Lebens und wie sich die Einstellung zu sich selbst manifestiert. Ziel ist es, sich selbst gegenüber einfühlsames Verständnis und wohlwollenden Respekt zu entwickeln. Das verhilft uns zu einer Haltung der Selbstakzeptanz und heiterern Gelassenheit. Wenn man sich selbst mag, tut man sich leichter, mit Krisen, Ängsten und Schwierigkeiten, auch im Alltag, umzugehen. Die Stärkung der inneren Achtsamkeit ist hilfreich, um ganz beim anderen und ganz bei sich selbst zu sein.

Seit vielen Jahren übe ich mich in formeller Meditationspraxis und auch in Achtsamkeit, und das hilft mir immens in meinem Alltag. Ich lebe mit der Veränderung und der Vergänglichkeit. Beides ist ja Bestandteil meiner Arbeit und meines Lebens. Das Einzige, das zählt und wirklich relevant ist, ist das Hier und Jetzt und mein Umgang damit. Ich weiß, dass ich niemals Opfer bin, ich kann mich immer entscheiden, wie ich mit einer Situation oder einer Tatsache umgehe. Es handelt sich oftmals nur um einen ganz kleinen Switch in der Wahrnehmung. Ich urteile nicht, konstruiere keine mir ins Konzept passende Wirklichkeit, die besser oder anders sein könnte, sondern frage mich, wo kann ich meine Energie bündeln, fokussieren und optimal einsetzen, wo wird sie gebraucht? Der französische Dramatiker Jean Anouilh sagte es folgendermaßen: „Die Dinge sind nie so wie sie sind. Sie sind immer das, was wir aus ihnen machen.“

Fünf Freiheiten von Virginia Satir

1. Die Freiheit zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich ist - anstatt das, was sein sollte, gewesen ist oder sein wird.
2. Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke - und nicht das, was von mir erwartet wird.
3. Die Freiheit zu meinen Gefühlen zu stehen - und nicht etwas anderes vorzutauschen.
4. Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche - anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
5. Die Freiheit in eigener Verantwortung Risiken einzugehen - anstatt immer nur „auf Nummer sicher zu gehen“ und nichts Neues zu wagen.

hospiztag

*Die **zweite Freiheit**, die uns Virginia Satir nahelegt, besteht darin, **das anzusprechen, was ich wirklich fühle und wirklich denke und nicht das, was von mir erwartet wird.** Ich habe nicht nur das Recht, sondern auch die Verpflichtung das auszusprechen, was ich denke, fühle und möchte, um authentisch zu kommunizieren. Das setzt voraus, dass ich meine eigene Geschichte, mein Schicksal kenne und annehme. Dass ich nach innen höre und fühle, womit ich in Resonanz gehe. Dass ich Lebens- und Naturgesetze anerkenne und respektiere. Mit Ungewissheit, Unsicherheit, und Vergänglichkeit müssen wir leben. Ich kann mich aber immer entscheiden, ob ich bei meinem Leben dabei sein, oder nur eine fremdgesteuerte Statistenrolle spielen will. Um verstanden zu werden, muss ich meinem Gegenüber erklären, was*



ich meine, denke und fühle. Nur so gewinnt unsere Welt an Vielfaltigkeit. Nur so können wir uns weiterentwickeln, neue Entdeckungen machen und unsere Kreativität leben.

Seit Beginn der Covid-19-Pandemie erleben wir eine zunehmende Polarisierung und Spaltung in unserer Gesellschaft. Menschen werden ausgegrenzt, weil sie für oder gegen etwas wie medizinische Maßnahmen, Belastungen, Masken, Medien, politische Vorgaben, Impfungen und so weiter sind. Wir erleben

*die unterschiedlichen Welten der Befürworter und Kritiker. Jede*r nimmt für sich in Anspruch, sich auf sichere und zuverlässige Quellen zu verlassen, die seinem bzw. ihrem Weltbild entsprechen. Wenn wir einander aber nicht mehr zuhören und verstehen wollen, schwächt das die Gemeinschaft und unser Zusammengehörigkeitsgefühl. Wenn wir unser Herz verschließen, leben wir in einem Klima des Misstrauens, der Ablehnung und der Angst. Wir können uns aber jeden Tag neu entscheiden, ob wir in einer Kontrollgesellschaft leben wollen, in der es keine verbindende, mitfühlende Gemeinschaft mehr gibt oder in einer, die von Vertrauen und Liebe getragen ist. „Wenn Du andere glücklich sehen willst, übe Dich in Mitgefühl. Wenn Du selbst glücklich sein willst, übe Dich in Mitgefühl“, sagt der Dalai Lama.*



*Die **dritte Freiheit**, die Virginia Satir uns nahelegt, ist jene, **zu meinen Gefühlen zu stehen und nicht anderen etwas vorzutäuschen.** Vor kurzem habe ich den Debütfilm von Evi Romen „Hochwald“ gesehen. Was in mir bis heute nachschwingt, ist die Stimmung dieser dörflichen Enge. Diese soziale Kontrolle, mit unausgesprochenen Regeln konform gehen zu müssen, die verpufften Träume der Eltern, die Resignation der Erwachsenen, derer, die geblieben sind, die Erwartungen an die Kinder, die Sehnsüchte, Wünsche und Hoffnungen. Die soziale Regulation*

Am bereits 16. Salzburger Hospiztag konnten ehrenamtlich und hauptamtlich im Hospizbereich Engagierte sowie viele allgemein an den Hospizthemen interessierte Menschen in Begegnung und einen lebendigen Austausch kommen.

hospiztag

und mein eigenes Bedürfnis aus einer solchen Enge auszubrechen, haben mich sehr früh nach draußen getrieben, in meinem Fall mit fünfzehn Jahren. Rückblickend auf die Handlung geschaut, ergibt dies alles einen Sinn, doch dafür brauchte es genügend Abstand. Teil des Drehbuchs zu sein, hat mehrere Aspekte. Ich freue mich immer, wenn mich etwas dermaßen tief ergreift, wenn mich etwas in meinem tiefsten Inneren erschüttert, wenn mich etwas aus meinen wohligen Grundfesten reißt. An den existenziellen Grenzen fühle ich mich beheimatet und sicher, so paradox das klingen mag.

Im Rahmen des Salzburger Hospiztages gingen die Teilnehmer*innen in moderierten Gesprächsrunden auch einigen Fragen nach. Anschließend wurden die Ergebnisse im Plenum präsentiert und zusammengefasst.



Die vierte Freiheit von Virginia Satir bedeutet, um das zu bitten, was wir brauchen, anstatt immer erst auf die Erlaubnis zu warten. Da denke ich an Amanda Palma, eine sehr spannende Frau. In ihrer Autobiographie „The Art of Asking“, schreibt sie über die Kunst des Fragens oder Bittens. Auslöser für ihre Lebenseinstellung, andere ohne Scham um Hilfe zu fragen, war ein Crowdfunding-Projekt, das sie für sich gestartet hat, um sich von ihrer Plattenfirma unabhängig zu machen. Amanda ist für mich ein Vorbild. Wenn ich Unterstützung brauche, denke ich an sie.

Ich habe vor fast zweieinhalb Jahren meinen Lebenspartner Oskar durch einen Radunfall in Deutschland verloren. Die ersten Tage und Wochen danach

gehören zu den intensivsten und schmerzhaftesten meines Lebens. Ich war so überwältigt und fassungslos durch dieses traumatische Ereignis. Ich habe gesehen und mit jeder Faser meines Seins gespürt, dass ich dem Leiden nicht entkommen kann, dass aber gleichzeitig, und das ist ganz wichtig, ganz viel Ermutigendes, Gutes, Schönes und Freudvolles in meinem Leben war. So viele Menschen haben Anteil genommen, mir Nachrichten gesendet, mir eine Suppe vorbeigebracht, Blumen geschickt oder mich angerufen. So viel Liebe, so viel Nähe, so viel Unterstützung, mit dem kann man gar nicht rechnen. Vielleicht war es aber gerade das Sowohl-als-auch, das Schreckliche, das erst das Schöne ermöglicht hat. Wenn alle Schutzmechanismen und alle Filter wegfallen, ist man komplett ausgeliefert, halt- und orientierungslos, da braucht es Menschen an der Seite, die das aushalten und einfach nur da sind. Wir sorgen füreinander aus dem Wunsch heraus, das Leben zu einem guten Leben zu machen. Sorge im Sinn von Hingabe ist gemeint. Sie betrifft uns selbst und das Leben anderer Menschen.

Die fünfte und letzte Freiheit, die Virginia Satir uns ans Herz legt, ist, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen, anstatt immer nur auf Nummer Sicher zu gehen und nichts Neues zu wagen. Jeder und jede von uns hat Eigenverantwortung. Als Kind wächst die Eigenverantwortung indem die Eltern die Verantwortung Stück für Stück auf das Kind übertragen, bis es ein erwachsener, selbständiger Mensch ist. Als Erwachsene kann ich entscheiden, welche neuen Schritte ich machen möchte, und welche Risiken ich dabei eingehen möchte. Zahme Vögel träumen von Freiheit, wilde Vögel fliegen. Lassen Sie mich nochmals Ernst Schönwiese zitieren: „Was in Deinem Herzen so mächtig pocht, ist der Mensch, der du wirklich bist. Du hältst ihn gefangen. Unablässig schlägt er gegen die Türen seines Kerkers. Lass ihn frei!“ Von Nasreddin Hodscha, dem türkischen Volkslite-

hospiztag

raten aus dem 13./14. Jahrhundert wird erzählt, dass er eines Tages an einem Fluss saß, da sah er am anderen Ufer einen anderen Menschen, einen Fremden, einen suchenden Mann, und er winkte ihm zu, der fremde Mann winkte ihm zurück und rief: „Wie komme ich auf die andere Seite?“ Darauf antwortete ihm Nasreddin Hodscha: „Bleib, wo Du bist, Du bist doch schon auf der anderen Seite!“

Was uns verbindet, ist der gemeinsame Fluss des Lebens, und was uns trennt ist, dass ich auf meiner Seite des Ufers gehe und der andere Mensch auf seiner Seite. Und doch gehen wir gemeinsam im Wissen und der Sorge umeinander. Und dort liegt mehr heilende Kraft, als wir vermuten. ■

Fragen und Antworten in moderierten Gesprächsrunden

Im Austausch in moderierten Gesprächsrunden gingen die Teilnehmer*innen u.a. den folgenden Fragen nach:

- Was bedeutet für mich ganz persönlich, „mit dem Leben zu gehen“?
- An welcher Station bzw. an welchen Stationen meines Lebens war das eine besondere Herausforderung für mich?
- Wer oder was hat mir damals geholfen, den Herausforderungen zu begegnen?

Diese letzte Frage macht deutlich, dass wir, um mit „dem Leben gehen zu können“, oftmals unterstützende Begleiter*innen und Ressourcen brauchen, die uns helfen, den Herausforderungen unseres Lebens zu begegnen. Die Antworten, von denen viele mehrmals genannt wurden, könnte man in folgende Bereiche differenzieren:

Aus dem Bereich „**Soziales Umfeld**“ kam: Familie, tragende Freundschaften, Gemeinschaft, Mitmenschen, Schutzengel; Menschen, „die mir das Leben zugetraut, für mich gehofft, für mich gebetet haben“; wertvolle Begegnungen; Berührung, Zärtlichkeit, Zusammenhalt.

Zum Thema **Spiritualität** wurde genannt: Glaube; Spiritualität jenseits von Religionen; die Gewissheit, schwierige Situationen zu schaffen; Schutzengel.

An **Werten** kam u. a. Offenheit, Zuversicht, Vertrauen, Hoffnung, Dankbarkeit, Demut; Spontansein dürfen/können, Gelassenheit; Mut, neue Wege zu erkennen; Optimismus.

Auch hilfreiche **Verhaltensweisen, Entscheidungen** und **Bewusstheit** waren **wichtige Stützen** in Krisenzeiten. Hier wurde

genannt: innere Einkehr; Offensein; Verpflichtung sich selbst gegenüber; Verantwortung für andere Menschen; Beschäftigung, die die ganze Aufmerksamkeit erfordert; Bewusstsein für jeden Augenblick; Grenzen setzen; Meditation; Suche und Selbstfindung, bewusstes Pausieren; Herausforderungen im Leben annehmen; Veränderung als Chance begreifen; Selbstverantwortung; Sorge um mich selbst; Annehmen, was ist; Überforderung äußern; Hilfe annehmen; Akzeptanz und Achtsamkeit; Hinschauen auf das, was bleibt; darüber reden – erzählen – reflektieren.

Als **Geschenke des Lebens** sahen die Teilnehmer*innen folgendes an: die Natur, Zeit haben; „Kleinigkeiten“ – freundliche Gesten; Zuspruch, Kraft, Stärke, Gespräche; gut in mir sein und mich vom Leben getragen fühlen; weich werden und elastisch bleiben, Arbeit, Struktur, Humor; Momente im Hier und Jetzt.

Auch **kreativer Ausdruck und Bewegung** wurden genannt: Rituale; Tagebuch schreiben; Musik; Sport; Bewegung; Schreiben; individuellen Ausdruck finden.

Professionelle Angebote wurden ebenfalls genutzt: Psychotherapie, Trauergruppen und Beratungsstellen.



„Der Atem, mein guter Freund und treuer Begleiter.“

Atmen bedeutet Leben – bis zum letzten Hauch. Peter Cubasch, u. a. Psychotherapeut, Sport-, Bewegungs-, Tanz- und Musikpädagoge, Atem- und Leibtherapeut, Lachtrainer und Lachyoga-Lehrer, hielt am Hospiztag einen interaktiven Vortrag zum Thema Atmen.

„Der Atem, mein guter Freund und treuer Begleiter“. Wie komme ich dazu, so etwas zu sagen. Da komme ich nur dazu, wenn ich mich intensiv damit beschäftige. Und wenn ich mich für meinen Atem interessiere, dann bleibt es nicht aus, dass ich mich für mich interessiere. Das heißt, über den Atem wende ich mich mir selbst zu. Damit entsteht so etwas, wie manche Philosophen es benennen: dass ich mir selbst zum Gefährten werde, mir selbst vertraut werde, mich kenne und weiß, was ich brauche. Wenn ich Sorge habe, weiß ich, was mir guttut: das ist Gefährtschaft. Das also kann gelingen, wenn man sich mit dem Atem beschäftigt.

Was wir uns alle bewusstmachen sollten: ist, Der Atem ist das erste und wichtigste Nahrungsmittel. Und was ist das Nahrungsmittel daran: Sauerstoff. In der Luft, die wir einatmen, ist Sauerstoff. Nicht viel, aber genug. Und dieser Sauerstoff wird im Körper verteilt über den Kreislauf, und jede Zelle braucht den Sauerstoff und dann wird er bioche-

misch umgewandelt in Kohlendioxid. Und das wandeln die Bäume wieder in Sauerstoff um. Da ist ein wunderbarer Kreislauf zwischen der Natur und mir.

Wenn wir uns mit dem Atem befassen, kommen wir zu Schöpfungsmythen, Religion und Philosophie. Man braucht sich nur die christliche Schöpfungsgeschichte anzusehen: der Klumpen Lehm, der leblos daliegt, und dem Gott das Leben einhaucht. Aus Ton, Erde wird ein lebendiger Mensch, das ist schon beeindruckend. In allen Kulturen kriegt der Atem einen ganz besonderen Platz. Und wenn ich mich mit dem beschäftige, bin ich wirklich auch bei den Fragen der Existenz, der Schöpfung, des Werdens und Vergehens, da wo Sie auch tätig sind, wenn das Leben zu Ende geht. Und ist dann diese Größe, die man da entdecken kann im Atem, auch erfahrbar? Ich denke: Ja.

Wir gehen jetzt ein bisschen in Kontakt mit unserem Atem und versuchen etwas sehr Existenzielles erleb-

hospiztag

bar zu machen. Die Atemwelle, das Ein- und Ausatmen, birgt immer wieder die Einladung an jene Körperstellen, an denen wir, wo wir verspannt sind: „Lass los, Du brauchst Dich jetzt nicht verspannen, kannst loslassen, mach Dir das Leben nicht so schwer, manches ist Kraftvergeudung.“ Also die Atemwelle ist das Gesunde in uns, die, wenn sie eingeengt ist, sagt: „Lass los!“ Durchlässig werden, dabei hilft Atemtherapie. Da gibt es das Einatmen und die Ausatmung: loslassen, verströmen lassen. Und bei manchen Menschen, wenn sie ruhig sind, das Gefühl von Pause. Einatmen weitet, erfrischt, belebt. Ausatmen lässt los, lässt verströmen. Wenn ich das zulasse, schaffe ich Raum für das nächste Einatmen. Manche kriegen keine Luft mehr, weil sie schon so voll sind. Ausatmen, ausatmen, ausatmen, dann kommt ganz von allein die Einatmung.

Was ist denn eigentlich der Atem? Der Atem ist ein Luftstrom, der durch die Nase, wie wir Atemlehrer sagen „das Tor des Atems“, einströmt und so zum persönlichen Atem wird. Versuchen Sie darauf zu hören, hinzufühlen, wie die Luft in die Nase einströmt, kühl, erfrischend, ein weicher Strom. Sie strömt von alleine ein, und etwas erwärmt strömt sie, wenn Sie können, durch die Nase aus. Damit bin ich aufs Innigste verbunden mit der mich umgebenden Welt. Ich kann nicht leben ohne den Sauerstoff, ich bin angewiesen auf die Luft, das ist ein ständiges Geben und Nehmen, ein Beschenkt-werden, ein Empfangen und wieder Freigeben.

Und dann kommt der spannende Moment beim Ausatmen: Kommt noch einmal ein Atem? „Ah, er kommt noch einmal...“ Und hier sind wir im Kleinen bei dem großen Thema: Ich weiß nie, wann der letzte Atemzug ist. Es ist immer wieder ein: „Ah, ich lebe noch!“ – Das mache ich natürlich nicht bewusst, etwa fünfzehnmal pro Minute. Aber wir können dieses existenzielle Thema bewusst erfahren: da

nährt mich etwas, da wird mir was geschenkt, ich empfangen. Ich muss nicht Luft holen, das wird mir geschenkt. Ich muss es nicht ängstlich zurückhalten. Ich kann es verströmen lassen in dem Vertrauen, dass es wiederkommt.

Womit Sie als Hospizbegleiter*innen sicher viel zu tun haben, ist dieser Übergang aus dem irdischen Leben in eine andere Phase. Vermutlich beobachten Sie oft: wie atmen Menschen, was verspüren Menschen, wie atme ich in dem Moment? Das ist so etwas Besonderes und ich möchte Sie gerne darauf hinweisen, dass man sich in jedem Atemzug an dieser Stelle kundig machen kann: was ist gerade und wie gehe ich gerade mit mir um.

Zwischen jedem Atemzug und dem Lebensende, dem Verhauchen des Lebens, gibt es etwas, bei dem wir das noch wunderbar sehen und üben können: das Wiegen- und Schlaflied. Die kleinen Kinder, die ängstlich sind und im Hinüberschlafen plötzlich die Augen aufmachen. Der Übergang vom Wachsein zum Schlafen ist auch immer ein kleiner Tod, jedes Mal ein Loslassen. Es ist wie beim Atmen: das Kind schaukelt, reißt wieder die Augen auf, die Mama ist noch da. Das Sehen ist weg, das Hören noch da und irgendwann, idealerweise, schläft es ein. Ich denke, das hat viel mit dem zu tun, was Sie tun: Menschen begleiten in der letzten Lebenszeit, im Wunsch eines sanften Hinübergleitens. So wichtig, dass jemand da ist, der mitatmet, die Hand hält und am schönsten wäre es wohl, wenn der oder die Sterbende auch noch lächelnd „hinübergeht“. Aber nicht jeder Tod ist so gnädig, das weiß ich auch. Es gibt Maschinen und Beatmung. Aber ich hoffe, dass das, was ich Ihnen gesagt habe, Ihnen vertraut ist, einfach dieses Bewusstsein für den Atem. Dies hat meine Atemlehrerin, Herta Richter, die 2013 gestorben ist, mit 88 Jahren, kurz vor ihrem Tod im nebenstehenden Gedicht ausgedrückt. ■

„ „Ein Freund ist, der dir das Lied deiner Seele vorsingt, wenn du es vergessen hast.

Der Atem ist ein Freund, der dich in seine Schwingung, seine Lebendigkeit, seine Zartheit und Innigkeit und in seine Kraft aufnimmt und dich trägt und hält.

Wenn du ihn vergessen hast, nicht achtest, gegen seine – deine – Schwingung lebst, hast du dich vergessen.

Und doch ist er immer da, und singt dir das Lied deiner Seele vor. Du musst nur lauschen.“

Herta Richter, Atemlehrerin



Elapetsch – oder: Der Sinn des Lebens

Am 15. Oktober 2021 schlossen 25 Teilnehmer*innen den 25. Interprofessionellen Basislehrgang Palliative Care der Hospiz- und Palliativakademie Salzburg im Bildungszentrum St. Virgil erfolgreich ab. Der Salzburger Autor Walter Müller sprach in seiner (Abschluss-)Rede die bedeutsamen Kleinigkeiten um die „letzten Dinge“ an.

„Danke für die Aufmerksamkeit!“ Das sag ich jetzt nicht zu Ihnen, wir sind ja erst am Anfang unserer Begegnung. Ich hab das neulich gesagt, zu meiner Frau, die mir wegen meines von ihr (behauptet sie) wahrgenommenen Löwenschnarchens, Kopfpolster und Bettdecke gerichtet hatte. Ich hab das mitten in der Nacht gesagt, angeblich, im Vollschlaf, und nichts davon mitgekriegt. „Danke für die Aufmerksamkeit!“ Immerhin ein gebührender Satz.

*Aufmerksamkeit ist wichtig, vor allem wenn es um etwas Bedeutendes geht, um die „letzten Dinge“ zum Beispiel. Krankheit, Sterben, Trauern, Trösten, Abschied nehmen. Aufmerksamkeit und Achtsamkeit. Bereit sein, scheinbare Kleinigkeiten wahrzunehmen im Umgang mit Menschen am Ende ihres Lebensweges, ob als ehrenamtliche oder hauptamtliche Begleiter*in, als verantwortliche Ärztin oder als Angehörige, als Angehöriger.*

Achtsamkeit und Aufmerksamkeit bedeuten, dass man offen ist für feine Schwingungen, für hauchzarte Signale, für unverhoffte Einblicke, für unausgesprochene Sätze, für ein mikroskopisch zartes Lächeln, die Ahnung eines Händedrucks - Geschenke, die aus dem Nichts kommen, die immer schon da waren. Und manchmal ist man im richtigen Augenblick sensitiv, empfänglich, wach genug, diese Schwingungen aufzufangen, das winzige Lächeln,

den unausgesprochenen Satz. Das sind die Seele heilende, heilige Momente im Leben.

Was anderes. Vor kurzem lese ich in der Zeitung „Die Presse“ diese über die ganze Seitenbreite hin formulierte Schlagzeile: „Da hörst du Stimmen aus der Palliativstation“. Das interessiert mich natürlich! Volle Aufmerksamkeit! Da kann ich was lernen! Und unter der Schlagzeile steht: „Willi Resetarits präsentiert sein neuntes Album mit dem Stubnblues. Auf ‚Elapetsch‘ befasst er sich mit Existenzuellem ...“ und so weiter. Jetzt ist es so. Den Resetarits, früher als Ostbahnkurt unterwegs, mag ich, und das Wort „Elapetsch“ stammt aus dem Titellied seiner neuen CD, „Elapetsch Tod“. Das weiß ich, weil ich selber den Text geschrieben habe. „Elapetsch, Tod, Bist du mi fangst, bin i' scho waaßgottwo / elapetsch, Tod, i' hob kaa Angst, wissat aa ned wieso...“

Drei weitere Texte auf dem Album sind auch von mir, neben vier vertonten H.C. Artmann-Gedichten. Das klingt jetzt vielleicht ein bisschen eitel, aber ich wollte ja ganz etwas anderes erzählen. Das mit der „Palliativstation“ hat mich brennend interessiert. Wie kommt die in den Artikel über Wiener Blues-, Rock- und Kunstmusik? Und was hat das mit der Achtsamkeit zu tun? Nur so viel: Achtet auf eure Worte. Die Welt verändert alles im Handumdrehen. Der große, fast die ganze Seite füllende Artikel in

Der Abschluss des 25. Interprofessionellen Basislehrgang Palliative Care konnte in kleinem, aber festlichem Rahmen gefeiert werden. Vor der Festrede betonte Landtagsabgeordnete Barbara Thöny in sehr persönlichen Worten die besondere Bedeutung von Hospizarbeit und Palliative Care in unserer Gesellschaft.

Vertreter*innen aus der Lehrgangsguppe sprachen ihre Anerkennung für den hohen Wert der Weiterbildung aus und dankten den beiden Lehrgangsleiterinnen Dr. Ellen Üblagger und Eva Brunner für ihre kompetente und herzliche Begleitung.

Wir gratulieren den Absolvent*innen und wünschen ihnen alles Gute!

hospiz & palliativ akademie salzburg

der „Presse“ – das war also ein Interview mit dem Sänger Willi Resetarits. Der Journalist fragt: „Im Lied ‚Elapetsch Tod‘ zeigen Sie dem Tod die lange Nase. War es das, was Sie an diesem Text gereizt hat?“ - Und Resetarits: „Natürlich. Ich habe schon lange eine leise Ahnung davon, dass man das Leben intensiver leben kann, wenn einem bewusst ist, dass es irgendwann endet. Das Kind weiß das zwar auch, aber wenn der Tod näher ist, nimmt man die Kostbarkeit der Tage besser wahr.“

Willi Resetarits ist eineinhalb Jahre älter als ich, wir sind beide in den frühen Siebziger, da tut man sich mit der Achtsamkeit und dem Wissen um die Kostbarkeit des Lebens ein bisschen leichter. Die Texte hat ein befreundeter Musiker, Herbert Berger, in Lieder verwandelt. Und irgendwie hat allen das Wort „Elapetsch“, das ich seit meiner Kindheit kenne, so gut gefallen, dass die ganze CD und die jetzt begonnene große Tournee „Elapetsch“ betitelt wurden. Die musikalische Verspottung des Todes als augenzwinkerndes Abendprogramm quer durch die Lande, durch Österreich und Deutschland.

Ich hadere nicht mit dem Tod, ich kämpfe nicht mit Worten gegen ihn, ich ächte den Tod nicht, ich nehme ihn und alles, was mit ihm zu tun hat, ernst; bleibe achtsam und aufmerksam. Außer in dem einen oder anderen Lied, da darf man ja ein bisschen spotten. Natürlich hab ich dem Willi und dem Herb, dem genialen Komponisten, erzählt, dass ich mich fürs Raphael Hospiz Salzburg engagiere, und für die Hospiz-Bewegung, dass ich nicht nur Schriftsteller, sondern auch Trauerredner bin, 500 Abschiedsreden bisher; und jetzt nur mehr ab und zu. Dass ich manchmal an Sterbebetten gesessen bin, aber eher als Freund, nicht als ausgebildeter Trauer- oder Sterbebegleiter.

Im Interview liest sich das so. Resetarits: „Stubnblues-Saxophonist Herbert Berger kennt Müller. Das

Besondere an ihm ist, dass er die Todkranken besucht, mit ihnen spricht und danach etwas verfasst. Müllers Trauerreden sind deshalb viel profunder als jene von Kollegen, die nur die Verwandtschaft befragen, wie denn der Verblichene so gewesen sei.“ – Das muss ich ein bisschen zurechtrücken! Es kommt nicht rasend oft vor, dass ich mit Sterbenden in Hinsicht auf die zu haltende Trauerrede sprechen kann. Aber wenn, ist es immer ein Geschenk für mich. Das Vertrauen, die Ehrlichkeit angesichts des Endes. Das sind unvergessliche Gespräche. Meistens lasse ich mir von Verwandtschaft und Freunden erzählen, wie jeder andere Redner oder Priester auch.

Erst vor ein paar Wochen spazierte ich über den Kommunalfriedhof zum Raphael Hospiz. Ich gehe erstens gern über den Friedhof, über alle Friedhöfe, und zweitens ist das der für mich kürzeste Weg. Ins Hospiz will ich, weil eine sehr liebe Freundin, Hilde, 92 Jahre alt, vom Krankenhaus der Barmherzigen Brüder dorthin überstellt werden soll. Ich möchte im Hospiz sein, wenn sie in ihr Zimmer gebracht wird, stellvertretend für Hildes Freundeskreis. Ich als Empfangskomitee. „Hallo Hilde, willkommen, liebe Grüße von allen!“ Ein überraschend lebhafter Händedruck und ein gehauchtes „Danke“, der Versuch eines Lächelns.

Die liebe Freundin ist in den letzten Monaten sukzessive erblindet, kann so gut wie nicht mehr reden. Auch nicht mehr schlucken. Und wenn, dann folgt auf das kleinste Schlückchen ein sichtbar, hörbar anstrengender Versuch den Schleim aus dem Rachenraum irgendwie auszuspucken oder aus der Mundhöhle ausrinnen zu lassen.

Vor zwei Jahren, da war die Hilde immerhin schon 90, war sie auf unserer wunderschönen Freundeskreis-Reise auf der Donau, vom Schwarzen Meer nach Wien, dabei und hat an Bord mit dem Schiffs-

” Elapetsch, Tod, des hasta ‘dacht / dass d’mi’ so leicht kassierst!

Hasta in d’Knoch’nhand scho’ g’lacht / Schau dass d’di’ net blamierst!

I hab no so vüü Leb’n in mir / dass i dein’ Atem gar net spia!

Des is’ no net mei Zeit / Gevatter - sei do’ g’scheit! Elapetsch, Tod!!!“

hospiz & palliativ akademie salzburg

Entertainer getanzt. Irgendwann ging alles schnell. Zuletzt also das Raphael Hospiz. „Brauchst du was, Hilde?“ Und sie: „Durst“. „Willst du einen Schluck Wasser?“ Da war ich grad allein mit ihr im Zimmer, und das mit dem Schluck Wasser hätte ich mich nicht getraut, da hätte ich eine der Pflegerinnen geholt. Aber die Hilde sagte nicht „Wasser“. Sie sagte: „Prosecco“. Ich meldete Hildes Wunsch weiter, dann musste ich auch schon gehen. Prosecco? Sie kann ja nicht mehr schlucken?!

Ein paar Tage später, bei meinem zweiten, letzten Besuch, stehen auf Hildes Nachtkästchen zwei kleine Fläschchen. Auf einem steht: „Prosecco“, auf dem anderen „Kaffee“. Prosecco, Kaffee aus dem Sprühfläschchen, wenn Schlucken nicht mehr möglich ist.

Auf die Wünsche sterbender Menschen reagieren, spontan, auch unorthodox. Menschlich, human. Wissen, fühlen, ahnen, was im Moment wichtig ist, was das Leben sanfter und leichter machen kann am Ende. Das ist der Grund, warum ich mich, immer noch, für Hospiz-Bewegung und Palliativbetreuung einsetze. Aber zwischendurch schimpfe ich auch mal über den Tod und zeige ihm die lange Nase. Beziehungsweise Willi Resetarits und seine Band machen das in meinem Namen.

Zum Kaffee fällt mir noch was ein. Neulich habe ich einen leidenschaftlichen Kaffeehausgänger verabschiedet. Er ist jeden Tag in zwei bis drei Cafés gegangen, hat immer sehr viel gute Laune mitgebracht. Ich bin ja auch ein Kaffeehaus-Tiger und so hab ich mir für ihn eine kleine, etwas ungewöhnliche Geste ausgedacht. An einem Tag war die Verabschiedung in der Trauerhalle, am nächsten, um 9 Uhr in der Früh, die Zeremonie direkt am Grab mit Versenkung des Sarges. Ich bin zwischen den beiden Terminen ins Café Bazar gegangen, mit einer kleinen Glasflasche ausgestattet. „Ich hätte gerne

zwei Kleine Braune und einen Verlängerten in dieses Fläschchen hinein!“ – Die Kellnerin Maria hat mich zuerst zweifelnd gemustert, aber nachdem ich ihr mein Vorhaben geschildert hatte, hat sie meinen Wunsch erfüllt. Ich hab nichts bezahlen dürfen. „Das ist der Abschiedsgruß vom Bazar für unseren lieben Stammgast.“ Und so hab ich am nächsten Tag, bei strömendem Regen, nach meiner Rede und einem Vaterunser, das Gemisch aus zwei Kleinen Braunen und einem Verlängerten ins Grab geleert.

Ein Letztes: Neulich hab ich auf einer Salzburger Kaffeehausterrasse das Gespräch zweier älterer Herren mit angehört. Der eine war einmal Präsident der Bregenzer Festspiele, der andere ein gefeierter Festspiel-Papageno. Sie plauderten über ihre Karrieren, über gemeinsame Freunde, über ihr Leben. Und dann fiel dieser Satz, den ich mir gemerkt habe: „Wir sind ja jetzt vermutlich in unser letztes Lebensjahrzehnt eingetreten“, sagte einer von ihnen und ich hatte zuvor schon herausgehört, dass sie jeweils Anfang 80 sind, „hat du eine Antwort auf die Frage gefunden, was eigentlich der Sinn des Lebens ist?“ Da äußerte sich der andere folgendermaßen: „Ich glaube, der Sinn des Lebens besteht darin, an dem Ort und in der Zeit, da man auf dieser Welt ist, zufällig oder weil das Schicksal es so will, nach bestem Wissen und Gewissen seine Aufgaben zu erfüllen. Egal ob als Lokomotivführer oder als Staatspräsident. Als Mensch. Und nicht zu zweifeln und nicht alles und immer zu hinterfragen. Einfach machen, was zu machen ist. So einfach ist das.“

Machen, was zu machen ist. Dafür wünsche ich Ihnen allen Aufmerksamkeit und Achtsamkeit, wenn Sie mit Schwerkranken, Sterbenden, Trauernden, Dankbaren, Undankbaren, Verstörten, Versöhnten zu tun haben. Meinen Respekt haben Sie.

Danke für diese und die Aufmerksamkeit. ■

Leben bedeutet, dem großen Geheimnis dankbar zu begegnen

„Mein ganzes Leben lang wollte ich vor allem wissen, wie alles mit allem zusammenhängt“, schreibt David Steindl-Rast zu Beginn eines außergewöhnlichen Buchs, in dem er Einblick in sein Weltbild gibt, das – wie könnte es anders sein – scheinbar Gegensätzliches, Innen und Außen, Materie und Geist, Körper und Seele, Ratio und Emotion wie selbstverständlich vereint, ja mehr noch als Einheit oder, um einen der bevorzugten Begriffe des Autors zu wählen, als „großes Geheimnis“ benennt.

„Jungen Menschen gewidmet und allen, die jung genug bleiben, um sich immer wieder mit offenem Herzen den weitesten Horizonten zuzuwenden“ (S. 5), ist dieser Text Sachbuch und Nachschlagewerk zugleich. Der erste, umfassendere Teil versammelt Orientierungsschritte anhand von 21 „Schlüsselworten“. Die ersten Kapitel umkreisen das Individuum. Das „Ich“ etwa versteht Bruder David als Geschenk des Daseins, das „Selbst“ als das von allen geteilte ureigenste Wesen jeder Persönlichkeit, das „Ego“ als Ich, das das ‚Selbst‘, die Verbundenheit mit dem Ganzen vergisst. Im „Du“ werde deutlich, dass sich Leben stets in Beziehungen manifestiert, und im „Es“ kann es uns gelingen, den Zauber des Daseins zu entdecken. Gesellschaftliche und politische Destruktivität macht der Autor am Begriff „System“ fest: „In seinem Wesen ist das ‚System‘ uneingeschränkte Unpersönlichkeit – Inbegriff eines leeren Nichts mit mörderischer Macht. Wo es eindringt, zerstört es das Bewusstsein gegenseitiger Zugehörigkeit und die Anerkennung persönlicher Einzigartigkeit – die beiden Voraussetzungen von Menschenwürde. Sich gegen das ‚System‘ aufzulehnen, heißt also – kurz und positiv auf eine Formel gebracht – für Menschenwürde einzutreten. Menschenwürde entspringt letztlich der Ehrfurcht vor dem Geheimnis“ (S. 41).



Eben dieses steht, wenn ich es richtig sehe, im Zentrum der Orientierungsangebote von Bruder David. Drei existenzielle Fragen, je nach dem „Warum“, dem „Was“ und dem „Wie“, führen uns „in das Geheimnis hinein – in das Verstehen des Unbegreiflichen“ (S. 43). Durch Schweigen, den Gebrauch des Wortes und Verstehen durch Tun können wir im Leben Sinn finden und dem Geheimnis näherkommen, wie der Autor, unter anderem mit Bezug auf Albert Einstein, ausführt. Das Leben vollziehe sich in Form einer dreifachen Entwicklung, die Entfaltung, Bereicherung und schließlich auch Selbsterkenntnis bedeuten kann (vgl. S. 52f.). Und Gott? Ihn versteht Bruder David als das „große Geheimnis, wenn wir es mit Du ansprechen“ (S. 55). Was uns verbindet und heilt, bezeichnet der Autor als Religiosität, Religionen sieht er als „verschiedene Sprachen für das Unaussprechliche“.

Weitere Schlüsselworte, die wie die vorangegangenen auf jeweils 4-8 Seiten ohne alle akademische Allüren klar und nachvollziehbar, immer wieder auch mit Verweis auf ihre Herkunft und mit literarischen Bezügen – allen voran Rainer Maria Rilke – erörtert werden, sind dem „Vertrauen“, dem Verhältnis von „Innen und Außen“, der „Verinnerlichung“ als Lebensaufgabe und dem „Jetzt“ als Schnittpunkt von Zeit und Ewigkeit gewidmet. Naheliegend, dass auch den Begriffen „Entscheidung“ und „Berufung“ Gedanken gewidmet sind. Als Einübung in die Haltung des Tao empfiehlt Bruder David schließlich das „Einüben in den Fließweg des Lebens“ durch die Praxis des „Stop - Look - Go“. Den abschließenden Orientierungspunkt widmet der Autor der Dankbarkeit. Sie sei es, die glücklich macht, uns auch im Erlebnis des scheinbar Unbedeutenden Freude schenkt und die Fülle des Lebens erfahren lässt.

Teil 2 versammelt, lexikalisch strukturiert, ein ABC der Schlüsselworte – von „Achtsamkeit“ bis „Zeit“ –, die teils auf die Kapitel des 1. Teils verweisen, diesen aber auch ergänzen, Bezüge herstellen und Zusammenhänge verdeutlichen. – Ein Buch, das man in jeder Hinsicht als Geschenk bezeichnen kann und das sich als solches auch besonders eignet.

Walter Spielmann

David-Steindl-Rast: **Orientierung finden**. Schlüsselworte für ein erfülltes Leben. Das Vermächtnis zum 95. Geburtstag. Tyrolia-Verlag, 2021 | 167 Seiten | ISBN 978-3-7022-3992 | 19,95 Euro



HOSPIZ & PALLIATIV AKADEMIE SALZBURG

Pro Jahr bietet die Hospiz- & Palliativ-Akademie der Hospiz-Bewegung Salzburg

- drei 2-tägige „Einführungsseminare in ehrenamtliche Hospizarbeit“,
- drei „Lehrgänge für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung“ (= Hospizlehrgänge; zwei in Salzburg und einen regional organisiert),
- einen „Aufbaulehrgang Trauerbegleitung“ sowie
- einen „Interprofessionellen Basislehrgang Palliative Care“

Aufgrund der **enormen Nachfrage** können die **nächsten freien Plätze** nur lt. den **nebenstehenden Terminen** angeboten werden.

Nähreres erfahren sie auch unter 0662/82 23 10 bzw. bildung@hospiz-sbg.at

ÖCERT

seminare, lehrgänge & kurse

Einführungsseminar in ehrenamtliche Hospizarbeit

Dieses zweitägige Seminar gibt Einblick in das Salzburger Hospizangebot und vermittelt grundlegende Informationen zum Thema „Begleitung in schwerer Krankheit und in Trauer“. Es ist Voraussetzung zur Teilnahme am Lehrgang für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung.

Termine 2022:

Termin 1:

Fr, 09.12.2022 (9:00–21:00 Uhr) & Sa, 10.12.2022 (9:00–16:00 Uhr)

Termine 2023:

Termin 2:

Fr, 24.03.2022 (9:00–21:00 Uhr) & Sa, 25.03.2022 (9:00–16:00 Uhr)

Termin 3:

Fr, 15.09.2022 (9:00–21:00 Uhr) & Sa, 16.09.2022 (9:00–16:00 Uhr)

Referent*innen:

Mai Ulrich und ehrenamtlich tätige Hospizbegleiter*innen

Ort:

Bildungszentrum St. Virgil, Salzburg

Beitrag:

80 Euro Seminarbeitrag

Infos und Anmeldung:

0662/82 23 10 • bildung@hospiz-sbg.at

In Kooperation mit dem Bildungszentrum



Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

Der Lehrgang dient der intensiven Auseinandersetzung mit den eigenen Erfahrungen von Verlust, Tod und Trauer sowie der Vermittlung von Kompetenzen und fachlichem Wissen im Bereich der ehrenamtlichen Hospizbegleitung. Er richtet sich an:

- Menschen, die sich aus unterschiedlichen Gründen mit den Themen Sterben, Tod und Trauer auseinandersetzen wollen
- Personen, die tagtäglich mit schwerkranken Menschen konfrontiert sind; z.B. pflegende Angehörige, Pflegekräfte, Ärzt*innen, Seelsorger*innen, Sozialarbeiter*innen, Mitarbeiter*innen in der Familien-, Behinderten- und Altenarbeit
- Menschen, die für die Hospiz-Bewegung als Hospiz-Begleiter*innen tätig sein möchten

Termine 2023/24:

Lehrgang 52: Block I: 20.–22.04.2023
Block II: 01.–03.06.2023
Block III: 06.–08.07.2023

Lehrgang 53: Block I: 30.11.–02.12.2023
Block II: 18.–20.01.2024
Block III: 07.–09.03.2024

Lehrgang regional: Pongau & Lungau in Planung

Ort:

Bildungszentrum St. Virgil, Salzburg

Beitrag/Rückzahlung:

600 Euro, zahlbar in drei Raten. Der Beitrag ist von den Teilnehmer*innen zunächst selbst zu tragen. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind im Lehrgangsbeitrag nicht enthalten. Allen ehrenamtlich Tätigen wird bei Mitarbeit im Verein die Lehrgangsgebühr (600 Euro) schrittweise rückerstattet.

Infos und Anmeldung:

0662/82 23 10 • bildung@hospiz-sbg.at



seminare, lehrgänge & kurse

Aufbaulehrgang Trauerbegleitung

Der Lehrgang befähigt die Teilnehmer*innen, Trauernde über die für sie passenden Unterstützungsmöglichkeiten zu beraten, Einzelbegleitungen durchzuführen und Trauergruppen zu begleiten.

Termine 2023:

- Block 1: 23.02.–25.02.2023
- Block 2: 30.03.–01.04.2023
- Block 3: 18.05.–20.05.2023
- Block 4: 15.06.–17.06.2023

Jeweils Do, 16:30 bis 21:00 Uhr,
Fr, 9:00 bis 18:30 Uhr,
Sa, 9:00 bis 16:00 Uhr

Das Curriculum entspricht den Standards der BAT (Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung) Österreich.

Ort:

Bildungszentrum St. Virgil, Salzburg

Kosten:

680 Euro
Für Mitarbeiter*innen der Hospiz-Bewegung Salzburg wird der Lehrgang kostenfrei angeboten.

Einführungsabend:

Termin wird noch bekannt gegeben

Infos und Anmeldung:

0662/82 23 10 • bildung@hospiz-sbg.at

Lehrgang: Interprofessioneller Basislehrgang Palliative Care

Zielgruppe sind Ärzt*innen, Pflegepersonen (PA, PFA, DGKP), Diplomsozialbetreuer*innen, Fach-Sozialbetreuer*innen, Seelsorger*innen, Psychotherapeut*innen, Psycholog*innen, Sozialarbeiter*innen, Physiotherapeut*innen, Logopäd*innen, Musiktherapeut*innen und Menschen aus anderen psychosozialen Berufsgruppen, die mit schwer kranken, unheilbar erkrankten und sterbenden Menschen arbeiten.

27. Lehrgang/Termine:

- 25.01.2023–17.11.2023
- Block I: Mi–Fr, 25.–27.01.2023
- Block II: Di–Fr, 28.–31.03.2023
- Block III: Di–Fr, 20.–23.06.2023
- Block IV: Mi–Fr, 20.–22.09.2023
- Block V: Di–Fr, 14.–17.11.2023

siehe auch
www.hospiz-sbg.at/akademie

Infos und Anmeldung:

0662/82 23 10 • bildung@hospiz-sbg.at

Info-Abend Patientenverfügung

Kostenlose Beratungsmöglichkeit rund um das Thema Patientenverfügung.

Termine 2022:

- Mittwoch, 9.3. • 13.7. • 23.11.2022
- 16:00–18:00 Uhr

Leitung:

DGKP Barbara Schnöll

Ort:

Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhoferstraße 3a, Salzburg

Anmeldung erforderlich:

Telefon: 0662/82 23 10

Kosten:

Keine

Ratgeber:

Den Ratgeber Patientenverfügung erhalten Sie bei der Salzburger Patientenvertretung. Hier können Sie sich auch umfangreich und kostenlos beraten lassen.

Salzburger Patientenvertretung

Michael-Pacher-Straße 36
5020 Salzburg
Telefon: 0662 8042-2504
gabriele.wenger@salzburg.gv.at
Parteienverkehrszeiten:
Montag bis Donnerstag
von 08:00 bis 11:00 Uhr





Zukunft des „Assistierten Suizids“ in Österreich

Die Änderungen beim sogenannten „Assistierten Suizid“ werfen elementare Fragen nach Leben und Tod auf. Anlässlich der Gesetzwerdung, mit der die straffreie Durchführung des „assistierten Suizids“ ab 1. Jänner 2022 geregelt werden soll, veranstalteten St. Virgil und Hospiz-Bewegung Salzburg gemeinsam mit den Salzburger Nachrichten am 12. Oktober 2021 eine Podiumsdiskussion.

Der Einladung zur Veranstaltung waren 140 Teilnehmende gefolgt, 60 davon online, um mit den Podiumsteilnehmer*innen ins Gespräch zu kommen.

Zwischen der Freiheit zu sterben und dem Recht zu leben. „Wir begreifen es als unsere Aufgabe, die Themen an den Grenzbereichen des Lebensendes im gesellschaftlichen Diskurs zu führen und dem Dialog darüber Raum zu geben“, betonte Jakob Reichenberger, Direktor von St. Virgil.

Jürgen Wallner, Theologe, Ethiker und Jurist, Leiter des Ethikprogramms der Barmherzigen Brüder Österreichs, schilderte die Entstehung des Urteils des VfGH aus ethischer Perspektive: „Es ist durch das Urteil des Verfassungsgerichtshofs – selbst bei Ausbleiben einer weiteren gesetzlichen Regelung – nicht alles erlaubt!“ Verleitung zum Suizid, Tötung auf Verlangen, fahrlässige Tötung und Mord bleiben weiterhin strafbar. Es gehe darum, den Vorgang des „assistierten Suizides“ einerseits von diesen strafbaren Handlungen zu unterscheiden, z. B. den Vorrang der Suizidprävention, aber auch die Abgrenzung zur pathologischen Suizidalität (etwa bei Depressionen) klar abzugrenzen. Wallner machte deutlich, wie viele rechtliche und ethische Klärungen notwendig sind, um Missbrauch und eine Erosion der bestehenden Schutzgesetze rund um das Lebensende zu verhindern. Wie ist der rechtliche und organisatorische Rahmen für „assistierten Suizid“ rechtssicher differenzierbar? Wie sind die Mindestvoraussetzungen von Freiwilligkeit auf beiden Seiten

und das Angebot einer gleichwertigen Alternative sicherzustellen? Und vor allem, wie ist dieser Vorgang mit konkreten Personen, Familien, Diagnosen und Schicksalen unter realen Voraussetzungen umsetzbar? Einerseits für die Leidenden selbst, andererseits für die betroffenen Berufsgruppen, die am Lebensende für Menschen da sind? Und nicht zuletzt geht es um die Auswirkungen der Freigabe des „assistierten Suizides“ auf die gesamte Gesellschaft.

Der Tod ist anders als die Vorstellung davon. Hospizärztin Irmgard Singh erlebt in der Behandlung Sterbender vor allem, dass der Tod an sich ein Tabuthema ist. Aber auch, dass vieles sich ändert, wenn eine gute Schmerztherapie greift – die heute zweifellos in den meisten Fällen möglich ist – und eine aktive Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit beginnt. „Der Tod verliert dabei ganz oft seinen Schrecken und es geht wieder um das Leben.“

Schwerkranke und Menschen am Ende des Lebens nehmen die eigene Lebensqualität anders wahr als Außenstehende. „Es ist schön zu beobachten, wie Palliative Care und Hospizarbeit sowohl fachlich als auch menschlich extrem gut wirksam sind“, weiß die erfahrene Palliativärztin. Wir müssen den Tod wieder als Teil des Lebens begreifen. Sterben passiert nicht mehr im sichtbaren Alltag. Die Gesellschaft muss sich neu mit dem Tod auseinandersetzen. „An mich wurde so ein Wunsch nach Sterbehilfe erst dreimal herangetragen. Ich kann mir aber vorstellen, dass es

hospiz- und palliativversorgung

mehr Menschen geben wird, die sich aus Angst vor der Auseinandersetzung mit dem Tod, diesem auf solche Weise entziehen wollen“, so Singh.

Der Druck auf Senior*innen und Pflegebedürftige wird wachsen. Die Forderungen nach dem Ausbau flächendeckender Hospiz- und Palliativangebote und deren Finanzierung und Sicherstellung als „wirkliche Alternative“ zu so einem unumkehrbaren Schritt sind seit Jahren dringliche politische Anliegen. Bundesrätin Eder-Gitschthaler sieht in den kommenden Jahren einen nochmals stark ansteigenden Bedarf, auch im Langzeitpflegebereich: „Ich gehöre zur Generation der Babyboomer! Wir werden rein statistisch all das sehr lange brauchen.“ Menschen haben aber schnell das Gefühl, „zur Last“ zu fallen. Da ist der Schritt zur Gründung von privaten Vereinen, die hier Dienstleistungen anbieten, nicht mehr weit. Die

Vorstellung, dass die Organisation von „assistierten Suiziden“ zu einem Geschäftsmodell werden, dürfen wir nicht zulassen.

„Eine ausreichende Hospizversorgung ist die wichtigste Voraussetzung, dass eine autonome Entscheidung in Freiwilligkeit überhaupt möglich ist“, betont auch der Obmann der Hospiz-Bewegung Salzburg Karl Schwaiger.

Ohne wirkliche Alternative keine Freiheit. Das Erkenntnis des österreichischen Verfassungsgerichtshofs beruht auf der Freiheit des Menschen, sein Leben zu beenden. Ein kategorisches Verbot darf daher aus Sicht des Gerichtshofes nicht bestehen. Es obliegt nun dem Gesetzgeber, Sicherungsinstrumente für Beratung, Abklärung, Mitwirkung und den eigentlichen Suizid zu definieren. ■

„ Am konkreten Einzelschicksal wird schnell klar, dass die Grenzen fließend sind. Nichts ist nur schwarz oder weiß. Die klare ethische Abgrenzung fällt oft schwer. Gerade deshalb ist das Gebot der Stunde, weiterhin genau hinzusehen und gesellschaftlich diese Diskussionen offen zu führen.“

Unser Umgang mit Suizidwünschen

Für alle im Bereich der hospizlichen Begleitung tätigen Mitarbeiter*innen ist es notwendig, Orientierung für deren Umgang mit an sie unter Umständen herangetragenen Suizidwünschen zu bieten, wenn ab 1. Jänner 2022 die Durchführung von assistiertem Suizid in Österreich unter bestimmten Voraussetzungen straffrei ist.

Unsere Grundhaltung. Nach dem Selbstverständnis der Hospiz- und Palliativversorgung wird durch die palliative Behandlung und Betreuung der natürliche Sterbeprozess weder beschleunigt noch hinausgezögert. Die Mitwirkung am assistierten Suizid ist somit keine Aufgabe der Hospiz-Bewegung Salzburg und wird deshalb in keiner unserer Einrichtungen stattfinden.

Wir sehen es als unsere Aufgabe, uns einzusetzen für:

- Achtsamkeit bei Wünschen, Bedürfnissen und Entscheidungen von Betroffenen am Lebensende
- das Zulassen von Sterben
- den Mut und die Bereitschaft, uns der gemeinsamen Auseinandersetzung zu stellen, wenn der Wunsch nach assistiertem Suizid geäußert wird.

Umgang mit Suizidwünschen. Diese Grundhaltung bedeutet für den Umgang mit dem von einem/einer unserer Patient*innen geäußerten Wunsch nach assistiertem Suizid:

- Wir begegnen Menschen, die einen Suizidwunsch ausdrücken, mit Verständnis und Respekt.

- Wir reagieren auf einen geäußerten Suizidwunsch durch Zuwendung, ins Gespräch kommen und im Gespräch bleiben.
- Wir respektieren den Suizidwunsch und versuchen nicht, Betroffenen unsere eigenen Einstellungen aufzudrängen.
- Wir begleiten Menschen bis zuletzt, unsere Mitarbeiter*innen sind aber bei der Durchführung eines Suizids nicht dabei und leisten auch keine Assistenz bei diesem.
- Wir bieten die Möglichkeiten der hospizlichen Begleitung und palliativen Behandlung als Unterstützung und Linderung in der belastenden Situation an.
- Selbstverständlich begleiten wir Angehörige von Menschen, die durch assistierten Suizid gestorben sind, in ihrer Trauer mit unseren Angeboten.
- Wir schulen unsere Mitarbeiter*innen laufend im Umgang mit existenziellem Leid und mit Sterbewünschen, bieten Supervision an und orientieren uns am Stand der aktuellen Wissenschaft zu diesem Themenbereich.
- Wir stehen in engem Austausch mit Kolleg*innen und treffen uns regelmäßig zur Reflexion und Weiterentwicklung im Umgang mit Wünschen nach assistiertem Suizid.

angebote für trauernde menschen

Trauer braucht Worte

Ganz egal, wie lange ein Verlust zurückliegt, Trauer braucht Worte! Unter Anleitung zu verschiedenen Themen kann aus diesen Worten ein persönliches Erinnerungsbuch entstehen. Es ist keine Schreiberfahrung erforderlich. Die drei angebotenen Termine sind aufeinander aufbauend und daher ist eine Teilnahme an allen Terminen empfehlenswert.

Termine & Ort:

3.3. • 31.3. • 5.5.2022
Donnerstag, 18:00–19:30
Anna-Raudauer-Saal im
Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Begleitung:

Gabriela Kainberger-Riedler,
Schreibpädagogin,
Trauerbegleiterin

Kosten:

5 Euro/Termin, zahlbar vor Ort;
Anmeldung erforderlich

Das Leben wieder schmecken – Kochen für Trauernde

In Zeiten der Trauer kann es hilfreich sein, mit Menschen zusammen zu kommen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben und sich im gemeinsamen Kochen, im Austausch und Tun Unterstützung geben. Wir werden einfache Gerichte gemeinsam zubereiten und essen. Dabei können sich ganz zwanglos Gespräche über Trauer, Erlebnisse, Gefühle und Rituale ergeben.

Termine & Ort:

15.2. • 26.4.2022
Dienstag, 18:00 bis ca. 20:30 Uhr
Lebensraum Tageshospiz/Küche,
Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Begleitung:

Gaby Hinterhöller, Trauerbegleiterin

Kosten:

5 Euro/Termin, zahlbar vor Ort;
Anmeldung erforderlich

Spaziergänge mit Trauernden

Eine kleine Wanderung, ein längerer Spaziergang ... ermöglicht mit anderen Betroffenen, die Kraft der Natur zu spüren, sich auszutauschen und aufzutanken.

Termine & Ort:

22.1. • 19.2. • 19.3. • 16.4.2022
Samstag, 9:30–11:30 Uhr

Treffpunkt:

Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Begleitung:

Erni Ehrenreich,
Trauerbegleiter*in

Kosten:

kostenlos; Anmeldung erforderlich

Farbige Kleckse in graue Tage

In jedem von uns stecken kreative Kräfte, die im Trauerprozess unterstützend wirken können. Im Prozess des kreativen Gestaltens einer Erinnerungsbox, Collagen, Bilderrahmen, Kerzen, etc. ist Raum für Begegnung mit sich selbst und anderen. Eigene kreative Wege im Umgang mit der Trauer sowie der veränderten Zukunft können sich auftun. Im Miteinander findet sich auch Zeit für Gespräche und Austausch.

Termine & Ort:

26.2. • 30.4.2022
Samstag, 9:30 bis ca. 12:00 Uhr
Anna-Raudauer-Saal im
Lebensraum Tageshospiz
Buchholzhofstraße 3, Salzburg

Begleitung:

Helga M. Korosec, Trauerbegleiterin

Kosten:

5 Euro/Termin, zahlbar vor Ort;
Anmeldung erforderlich



Kontaktstelle Trauer

Buchholzhofstraße 3a
5020 Salzburg
kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at
www.hospiz-sbg.at/kontaktstelle-trauer
0662/82 23 10-19
0676/837 49-602

Anmeldung Veranstaltungen

Bitte telefonisch: 0662/82 23 10
(falls der Anrufbeantworter läuft,
hinterlassen Sie bitte neben dem
Veranstaltungstitel Ihren Namen
und Ihre Telefonnummer)

Information und Anmeldung zur persönlichen Beratung

telefonisch unter
0676/83 749-602
(bei Nichterreichen rufen wir
so bald wie möglich zurück)

+++ Infomaterial Kontaktstelle Trauer

+++



Broschüre „trauer und trost“

+++ 0662/82 23 10-19

+++



Infofolder

+++



Trauergruppen

TRAUERGRUPPE FÜR ELTERN

TRAUERGRUPPE FÜR JUNGE ERWACHSENE

Beide werden monatlich angeboten.

ALLGEMEINE (GELEITETE) TRAUERGRUPPE

In einer Gruppe mit festem Personenkreis werden wir uns an acht Abenden mit verschiedenen Themen der Trauer und Alltagsbewältigung auseinandersetzen.

EINZELTRAUERBEGLEITUNG

Einzeltrauerbegleitung wird in allen Hospiz-Initiativen des Bundeslandes Salzburg (Adressen siehe Rückseite) durch ausgebildete Trauerbegleiter*innen angeboten.

Nähere Informationen zu diesen Angeboten und Anmeldung bei der Kontaktstelle Trauer.

Die Teilnahme an den offenen Trauergruppen ist kostenlos.

Raum für meine Trauer – offene Trauergruppen

Der Verlust eines nahestehenden Menschen durch dessen Tod trifft uns bis ins Innerste. Widersprüchliche Gefühle verwirren und verunsichern die Trauernden. Konfrontiert mit dem Unverständnis des Umfelds, ziehen sie sich zurück und geraten dadurch allzu oft in Isolation. Hier können Sie im Kreise Betroffener erzählen, wie es Ihnen geht, unabhängig davon, wie lange der Verlust zurückliegt. Gemeinsam wollen wir unseren Blick darauf richten, was uns als Trauernden helfen kann, unsere Trauer ernst zu nehmen und auszudrücken, um so den Weg zurück ins Leben zu finden.

STADT SALZBURG

Termine & Ort:

10.1. • 7.2. • 7.3. • 4.4.2022
jeweils Montag, 19:00–21:00
Bildungszentrum St. Virgil, Sbg.

Anmeldung erbeten:

Silvia Schilchegger
0676 / 837 49–602
kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at

FLACHGAU – HOF

Termine & Ort:

13.1. • 10.2. • 10.3. • 14.4.2022
jeweils Donnerstag, 18:30–20:00
Gemeindeamt Hof bei Salzburg

Anmeldung möglich:

Elfriede Reischl, 0676/83749–301
flachgau@hospiz-sbg.at

FLACHGAU – NEUMARKT

Termine & Ort:

19.1. • 16.2. • 16.3. • 20.4.2022
jeweils Mittwoch, 18:00–19:30
Ärztzentrum Neumarkt,
Salzburger Straße 5, Neumarkt

Anmeldung möglich:

Elfriede Reischl, 0676/83749–301
flachgau@hospiz-sbg.at

TENNENGAU

Termine & Ort:

17.1. • 21.2. • 21.3. • 25.4.2022
jeweils Montag, 18:30–20:00 Uhr
Landesklinik Hallein (SR 2)
Bürgermeisterstraße 34, Hallein

Anmeldung möglich:

Elfriede Reischl
0676 / 837 49–303
tennengau@hospiz-sbg.at

PONGAU

Termine & Ort:

7.1. • 3.2. • 3.3. • 7.4.2022
jeweils Donnerstag, 18:00–20:00
Pfaarsaal St. Veit
Markt 1, St. Veit

Anmeldung möglich:

Anja Toferer
0676 / 837 49–304
bischofshofen@hospiz-sbg.at

Ricky Mooslechner (Enns-Pongau)

0676 / 837 49–305
radstadt@hospiz-sbg.at

PINZGAU

Termine & Ort:

7.1. • 4.2. • 4.3. • 1.4.2022
jeweils Freitag, 18:00–20:00
Pfarrcafé
Stadtplatz 5b, Zell am See

Anmeldung möglich:

Helene Mayr
0676 / 837 49–307
zellamsee@hospiz-sbg.at

Andrea Steger (Oberpinzgau)

0676 / 837 49–308
oberpinzgau@hospiz-sbg.at

LUNGAU

Termine & Ort:

3.1. • 2.2. • 2.3. • 5.4.2022
jeweils Mittwoch, 18:30–20:00
Sozialzentrum Lungau – Q4,
Postplatz 4, Tamsweg

Anmeldung möglich:

Liesi Huber
0676 / 84 82 10–472
lungau@hospiz-sbg.at



Hospiz- und Palliativbetreuung – möglichst in vertrauter Umgebung

Wer von schwerer Krankheit betroffen ist oder einen geliebten Menschen in seinem letzten Lebensabschnitt begleitet und betreut, braucht kompetente Hilfe. Diese Unterstützung leistet die Hospiz- Bewegung Salzburg.

„ Die Grundüberzeugung der Hospiz-Bewegung Salzburg besteht darin, dass das menschliche Leben bewusst, in Geborgenheit, Würde und – wo möglich und gewünscht – in vertrauter Umgebung, enden darf.“

Seit 1992 arbeiten in Salzburg ehrenamtliche Hospiz-Mitarbeiter*innen, Hospizärzt*innen sowie palliativ ausgebildete diplomierte Pflegekräfte und andere Berufsgruppen als interprofessionelles Team zusammen, um Menschen in ihrer letzten Lebensphase gemeinsam mit ihren Angehörigen zu begleiten. Sie begleiten und betreuen Betroffene:

- mobil zuhause, in **Senioren-** oder **Pflegeheimen**, im **Krankenhaus**
- im **Lebensraum Tageshospiz Kleingmain** in der Stadt Salzburg sowie Innergebirg im **Lebensraum Tageshospiz Pinzgau** in Leogang
- durch die **Papageno-Teams**, das mobile Kinderhospiz in **Salzburg** und Umgebung sowie **Innergebirg**
- durch die **Kontaktstelle Trauer**
- durch die **Hospiz- & Palliativ-Akademie Salzburg**

Zwölf Hospizteams im Bundesland Salzburg.

In Stadt und Land Salzburg gibt es mittlerweile eine flächendeckende hospizliche Versorgung: Bestens ausgebildete Hospizbegleiter*innen in Hospizteams – regional verteilt im ganzen Bundesland Salzburg

– begleiten und betreuen Patient*innen sowie deren Familien.

Lebensraum Tageshospiz. In den beiden Tageshospizen erhalten schwer kranke Menschen tagsüber in wohnlicher Atmosphäre optimale professionelle Hospiz- und Palliativbetreuung und mitmenschliche Begleitung. In Ruhezonen können sich die erkrankten Besucher*innen entspannen und erholen. Der Kontakt mit anderen Betroffenen bietet ihnen die Möglichkeit zum Austausch und sie finden Abwechslung zu ihrem sonstigen Alltag mit ihrer Erkrankung. Pflegende Angehörige werden entlastet und können Unterstützung in Anspruch nehmen.

Die Gemeinschaft im Lebensraum Tageshospiz wirkt der Gefahr krankheitsbedingter sozialer Isolation entgegen und unterstützt die Selbständigkeit Betroffener in dieser Lebensphase. Gerade der Austausch in der Gruppe mit anderen Betroffenen ermöglicht den Besucher*innen bzw. Patient*innen über ihr Befinden und über den Umgang mit ihrer Situation ins Gespräch zu kommen.

regionalität

PAPAGENO – mobiles Kindeshospiz in Salzburg.

Wir betreuen Kinder und Jugendliche bei denen eine lebensbedrohliche oder lebenszeitbegrenzende Erkrankung diagnostiziert wird, unabhängig von Verlaufsdauer oder Heilungschancen. Die Betreuung umfasst die gesamte Familie und findet im häuslichen, vertrauten Bereich statt.

Das Ziel von pädiatrischer Palliative Care und Hospizbegleitung ist: die bestmögliche Lebensqualität für Kinder mit lebenslimitierenden Erkrankungen und deren Familien. Eine aktive und umfassende Versorgung berücksichtigt dabei die physischen, emotionalen, psychischen, sozialen und spirituellen Bedürfnisse.

Kontaktstelle Trauer. Trauernde Menschen wollen in ihrem veränderten Lebensalltag wahrgenommen werden. Trauer ist eine Reaktion auf einen bedeutenden Verlust, der den Menschen in seiner Ganzheit betrifft. In unserer Gesellschaft ist Trauer vielerorts ein Tabuthema. Wir fühlen uns unsicher, wo unsere eigene Trauer einen Platz finden kann und wie wir Trauernden begegnen können.

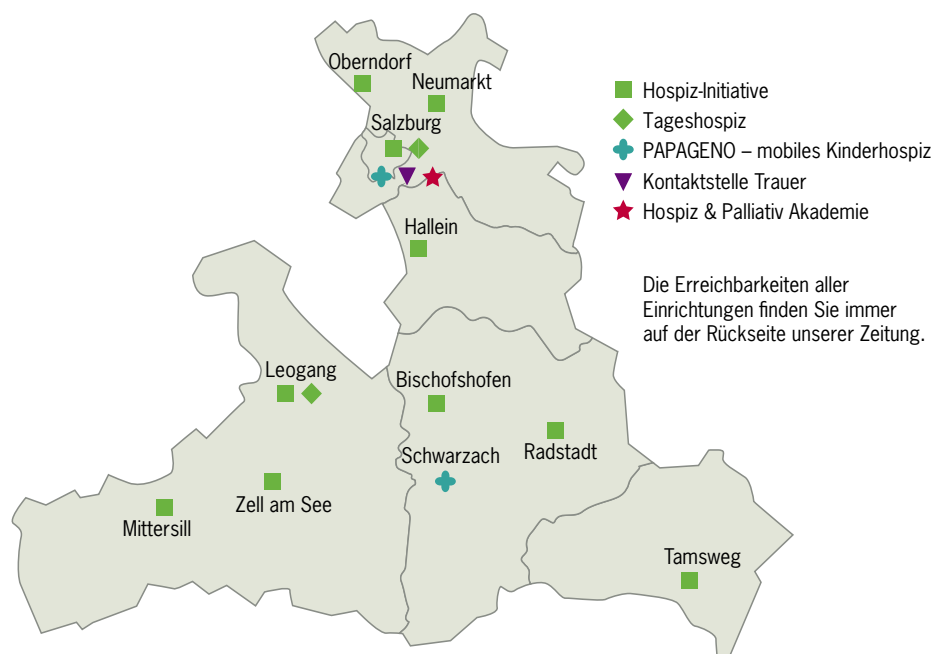
Seit September 2017 gibt es in der Hospiz-Bewegung Salzburg die Kontaktstelle Trauer: Trauernde Menschen brauchen Zeit, Raum und Verständnis, wenn sie vom Tod eines nahen Menschen betroffen sind. Da, wo Familie, Freundeskreis, Arbeitskolleg*innen und „Umgebung“ nicht ausreichend hilfreiche Unterstützung bieten können, hilft die Kontaktstelle Trauer mit Beratung, Information und Begleitung. Die Bearbeitung des Verlusts erfolgt in Einzelgesprächen oder durch Austausch mit ähnlich betroffenen Menschen in Gruppen.

Hospiz & Palliativ-Akademie Salzburg. Hospizliche Begleitung und Palliative Care soll für alle Menschen, die sie brauchen, erreichbar sein. Dafür bedarf

es interdisziplinärer Aus- und Weiterbildung sowie Zusammenarbeit.

Die Hospiz & Palliativ-Akademie Salzburg ist der Bildungsbereich der Hospiz-Bewegung Salzburg. In den einzelnen Lehrgängen werden Kompetenzen entwickelt und gefestigt. Diese ermöglichen das Begleiten und Betreuen schwerstkranker Patient/innen durch Ehrenamtliche sowie in der (haupt)beruflichen Weiterbildung das Erarbeiten und Umsetzen von Konzepten, in denen die Lebensqualität Schwerstkranker professionell und individuell erfasst, erhalten, geschützt und gefördert werden kann.

Kooperationen. Mit dem Ziel der bestmöglichen Betreuung arbeitet die Hospiz-Bewegung Salzburg mit der Caritas Salzburg im Bereich der mobilen Hospiz- und Palliativversorgung sowie mit dem Raphael Hospiz der Barmherzigen Brüder zusammen. ■





Offizielle Eröffnungsfeier Lebensraum Tageshospiz Pinzgau

Im Pinzgau haben vor über zwanzig Jahren engagierte Frauen und Männer damit begonnen, gemeinsam Hospiz-idee und Palliativ Care als Modell eines engen Miteinanders von ehrenamtlicher Begleitung und professioneller Betreuung zu entwickeln, was als „Salzburger Modell“ beispielgebend für das gesamte Bundesland wurde.

Die Pionierinnen Edith Trentini und Dr. Ines Groh hatten schon bald eine weiterreichende Idee, nämlich ähnlich wie in der Stadt Salzburg ein Tageshospiz als Teil einer umfassenden Hospiz- und Palliativversorgung zu schaffen. Diese Idee konnte erst nach fast 20 Jahren umgesetzt werden, als der Vorstand der Senator Otto Wittschier-Stiftung an Dr. Maria Haidinger herantrat und eine Finanzierungsmöglichkeit eröffnete.

Baustart und Einzug. Die Gemeinde Leogang begann im Jahr 2018 mit dem Bau des Gebäudes, die Arztpraxis nahm den Betrieb im Herbst 2019 auf. Bedingt durch das aufwändigere Genehmigungs- und Begutachtungsverfahren für das Tageshospiz, aber unterstützt durch die Gesundheitsplanung des Landes Salzburg, konnten am 8. Juni 2020 die ersten Tagesgäste in Leogang in Empfang genommen werden.

So wurde ein weiterer Meilenstein der regionalen Entwicklung im Pinzgau geschaffen. Mit dem Lebensraum Tageshospiz Pinzgau ist in Leogang das erste

österreichische Tageshospiz im ländlichen Raum entstanden. Damit konnte die Hospiz-Bewegung ihr eigenes Ziel umsetzen, dass auch die Bewohner*innen im Süden des Bundeslandes Salzburg mit dieser Form der tageweisen Betreuung und Entlastung dieselben Angebote in Anspruch nehmen können, wie Menschen aus dem Zentralraum der Stadt Salzburg.

Einweihung und Tag der offenen Tür im Lebensraum Tageshospiz Pinzgau. Das Tageshospiz in Leogang ist seit 4. Juni 2020 in Betrieb. Die offizielle Eröffnungsfeier konnte aufgrund der besonderen Herausforderungen der letzten eineinhalb Jahre erst 16 Monate später abgehalten werden.

Die Einweihung zelebrierte Leogangs Diakon Dr. Ludwig Spörr am 9. Oktober 2021. Ein Quartett der Musikkapelle Leogang umrahmte den feierlichen Gottesdienst im Festzelt.

Unter den geladenen Gästen waren LR Josef Schwaiger, Landtagspräsidentin Brigitta Pallauf, Peter Illmer

regionalität

(Senator Otto Wittschier Privatstiftung), Gemeindevertretung Leogang, zahlreiche Ärzt*innen und Engagierte, am Bau beteiligte Firmenchefs, ehrenamtliche Hospizbegleiter*innen, Caritas Direktor Johannes Dines, Hospizärztin Dr. Irmgard Singh, Regionalleitung DGKP Astrid Leßmann, Obmann der Hospiz-Bewegung Salzburg Karl Schwaiger sowie das Team des Tageshospizes Pinzgau.

In den Reden wurde Leogangs Bürgermeister Josef Grießner vor allem wegen seiner Zielstrebigkeit gelobt. Dieses Gebäude wurde in kurzer Zeit errichtet und wird den sozialen und gesundheitlichen Bedürfnissen gerecht: Die Hausarztpraxis Dr. Michael Rainer belegt das Parterre mit extra Eingang. Die jüngsten Leoganger*innen finden Platz in der Krabbelstube im 2. Stock. Dort ist auch das Büro von „Loigom hoit zomm“: Bei vielen sozialen Fragen und Hilferufen wird dort vermittelt und unterstützt. Das Tageshospiz umfasst den ganzen ersten Stock des Gebäudes.

Es ist ein wichtiger Ort für schwerkranke Menschen im Pinzgau und dem Tiroler Unterland. Die Salzburger Hospizärztin Dr. Irmgard Singh erläuterte die Arbeit und Betreuung im Tageshospiz. Mit Berichten aus ihrem Arbeitsleben wurde der Tagesablauf im Tageshospiz anschaulich und verständlich vermittelt. Danach standen alle Räumlichkeiten des Hauses für

eine Besichtigung und Informationsaustausch zur Verfügung.

Nach dem Mittagessen nahmen ca. 160 Interessierte die Gelegenheit wahr und kamen zum ersten Tag der offenen Tür. Bei Kuchen und Kaffee herrschte gute Stimmung und alle Besucher*innen schienen beeindruckt von dieser Einrichtung. Die schön gestalteten Räume strahlten eine Leichtigkeit aus, ebenso begeisterte der angenehme Geruch nach Holz. „Hier ist ein guter, wohlthuender Ort zum Leben für kranke Menschen“, sagte eine pflegende Angehörige. „Mit diesem Wissen nehme ich mir öfter einen Tag Auszeit und bin beruhigt, weil ich meinen Partner hier im Tageshospiz gut betreut weiß.“

Wir danken allen engagierten Frauen und Männern, die diesen Auf- und Ausbau ermöglicht haben, der Senator Otto Wittschier-Stiftung, dem Land Salzburg, der Gemeinde Leogang, der Arztpraxis Leogang und dem Verein „Loigom hoit zomm“.

Wir wünschen allen in der die Hospiz- und Palliativbetreuung Tätigen viele Momente der Lebensfreude und einen Weg des guten Miteinanders von professioneller Betreuung und ehrenamtlicher Begleitung für Menschen in einer besonderen Lebenslage. ■





PAPAGENO erhielt Förderpreis der Stadt Salzburg

Mit den Kulturfondspreisen zeichnet die Stadt Salzburg jedes Jahr außergewöhnliches Schaffen und bemerkenswerte Leistungen auf den Gebieten von Kunst & Kultur und Wissenschaft & Forschung aus. Der Förderpreis für Kinder- und Jugendprojekte ging in diesem Jahr an PAPAGENO – mobiles Kinderhospiz in Salzburg.

Die Menschen machen den Unterschied. „Die Kulturfondspreise richten das Scheinwerferlicht auf Personen und Institutionen aus Kunst, Kultur und Wissenschaft, die das geistige, kulturelle und gesellschaftliche Zusammenleben in dieser Stadt besonders prägen“, sagt Dagmar Aigner, Geschäftsführerin des Kulturfonds, und betont: „In jedem System, in jeder Branche, in jedem Unternehmen gilt der Grundsatz: Die Menschen machen den Unterschied! Und so ist es wichtig und richtig, diese Menschen beim Namen zu nennen, den Unterschied, den sie ganz konkret in Salzburg machen, aufzuzeigen und dafür Ankerkennung und Dank auszusprechen.“

Bedarf an mobiler pädiatrischer Betreuung. Regina Jones, ärztliche Leiterin, und ihr interdisziplinäres Team der Hospiz-Bewegung Salzburg begleiten seit 2015 Kinder und Jugendliche mit einer lebenslimitierenden Erkrankung. Und zwar dort, wo die Hilfe am dringendsten benötigt wird: zu Hause. Dabei geht das Kinderhospizteam PAPAGENO nicht nur auf die körperlichen und psycho-emotionalen Bedürfnisse ein, sondern auch auf die sozialen, kulturellen und spirituellen Anliegen der jungen Patient*innen und deren Familien. ■

PAPAGENO – mobiles Kinderhospiz in Salzburg wird unterstützt von:

PAPAGENO – mobiles Kinderhospiz Innergbirg wird von unterstützt Bund, Land und Europäischer Union:

LICHT INS DUNKEL

Bundesministerium
Landwirtschaft, Regionen
und Tourismus

LE 14-20

LAND
SALZBURG

LEADER

EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums:
Hier investieren Europa in die ländlichen Gebiete



Spenden

Lions Clubs Hohensalzburg unterstützt PAPAGENO. Zum zwölften Mal in Folge öffnete heuer am 1. Dezember der Lions Club Hohensalzburg das erste Fenster des sechseckigen Lions-Adventskalenders am Salzburger Residenzplatz.

Lions Präsident Dr. Reinhold Lassmann übergab dabei eine Spenden von jeweils 10.000 Euro an Mag. Gerhard Darmann und Mag. Katja Schweitzer von der Telefonseelsorge & kids-line sowie an Dr. Regina Jones vom mobilen Kinderhospiz und Palliativteam PAPAGENO in Salzburg.

„Gerade Kinder brauchen in dieser turbulenten und herausfordernden Zeit unsere volle Unterstützung, deshalb möchten wir die Arbeit dieser zwei wichtigen Institutionen unterstützen“, so Dr. Lassmann.

Herzlichen Dank ■

(Foto: © Lions Hohensalzburg)

„Basteln für kleine Träume“ werkt für PAPAGENO. Sensationelle 13.300 Euro sammelte eine Gruppe sozial engagierter Oberndorferinnen mit ihrem Adventstand mit selbstgemachten Adventkränzen und liebevoll gestalteter Weihnachtsdekoration im Herzen von Oberndorf.

Eine Hälfte des Erlöses von „Basteln für kleine Träume“ kam der Salzburger Kinderkrebshilfe zugute. Die andere Hälfte in Höhe von 6.650 Euro spendeten die kreativen Frauen aus Oberndorf an PAPAGENO – mobiles Kinderhospiz in Salzburg.

Herzlichen Dank! ■

(Foto: © Initiative „Basteln für kleine Träume“)

Soroptimistinnen-Club Papagena spendet für PAPAGENO. Der Salzburger Soroptimistinnen-Club Papagena ist ein Club berufstätiger Frauen aus den verschiedensten Berufsfeldern, der soziale Projekte unterstützt.

Durch einen Flohmarkt und hohem Einsatz von Zeit und Energie konnte der stolze Betrag von 1.500 eingenommen werden. Die Spende wurde an Mai Ulrich/Hospiz-Bewegung Salzburg übergeben.

Herzlichen Dank! ■

(Foto: © Papagena)

PAPAGENO
mobiles Kinderhospiz in Salzburg

0662/82 23 10 oder
Dr. Regina Jones
0676/837 49-503 (Mo, 9–12)

PAPAGENO
mobiles Kinderhospiz Innergebirg

Dr. Christoph Seelbach
Mo–Fr, 9:00–16:00
06415/71 01-83 3 57
oder 06415/71 01-83 3 52

Nähere Infos gibt's auch via
kinderhospiz@papageno.help
und www.hospiz-sbg.at



Cornelia Pichler,
diplomierte
Gesundheits- und
Krankenpflegerin



aus der hospizbewegung

Neue Mitarbeiterinnen in der Hospiz- & Palliativ-Akademie und ...

Cornelia Pichler verstärkt als organisatorische Leiterin die Hospiz- & Palliativ-Akademie der Hospiz-Bewegung Salzburg, ...

Cornelia Pichler. *Seit Juni 2021 bin ich in der Hospiz-Bewegung Salzburg als Lehrgangsleitung im Interprofessionellen Basislehrgang Palliative Care tätig.*

Mein Pflegediplom habe ich 1998 in Klagenfurt erworben und kam danach über Umwege nach Salzburg an die Abteilung der plastischen Chirurgie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder. Seit 2013 arbeite ich in der Hauskrankenpflege beim Salzburger Hilfswerk. Diese Aufgabe ist interessant, vielseitig, aber auch herausfordernd.

Die besondere Situation im häuslichen Bereich bedeutet neben der Durchführung der Pflege, das Erkennen von Nöten und Sorgen der zu Pflegenden, aber auch deren An- und Zugehörigen. Um ein „Sterben zuhause“ möglich zu machen, ist es wichtig, eine andere Perspektive einzunehmen und mit verschiedensten „Werkzeugen“ dies zu unterstützen.

Um mein Grundwissen und meine Kompetenzen im Bereich Palliative Care zu erweitern und für den häuslichen Bereich mehr Möglichkeiten der Unterstützung in der letzten Lebenszeit anbieten zu können, absolvierte ich 2017 den Basislehrgang, dessen Leitung ich nun übernehmen darf. In meiner Abschlussarbeit setzte ich mich

mit dem Thema nonverbale Kommunikation am Lebensende auseinander, die mehr ist als ein stummes Gespräch. Es geht um die Achtsamkeit, die Präsenz, die eigenen Emotionen. All dies hat Wirkung auf mein Gegenüber, das ich begleite.

*Im Vertiefungslehrgang (Stufe II in der universitären Ausbildung an der PMU Salzburg) ging es mir ganz besonders um die Bedürfnisse der An- und Zugehörigen, die ein Sterben ihrer Lieben Zuhause ermöglichen und begleiten. Derzeit absolviere ich Stufe III und habe meine Expertenarbeit der Selbstsorge für Mitarbeiter*innen der Hauskrankenpflege gewidmet, denen im Prozess der Sterbe- und Angehörigenbegleitung durch eigene Betroffenheit und persönliches Einlassen viel abverlangt wird.*

Hospizarbeit und Palliative Care stehen für mich für Gastfreundschaft, für eine Willkommenskultur und bedürfnisorientierte Begleitung, die immer ein Geben und Nehmen umfassen. Da es heute und zukünftig immer wichtiger wird, Menschen in ihrer letzten Lebenszeit angemessen – körperlich, seelisch, emotional und spirituell – also menschlich in ihrer Ganzheit zu unterstützen, freue ich mich, dass ich einen Platz in der Lehrtätigkeit im Rahmen der Hospiz- und Palliativ-Akademie Salzburg einnehmen darf.

Julia Ruetz. *Im November 2020 habe ich im Tageshospiz Pinzgau als DGKP zu arbeiten begonnen. Also feiere ich mein erstes kleines Dienstjubiläum.*

Auf den Weg zur Spielgruppe mit meiner Tochter Luisa konnte ich den Prozess vom Abriss des alten Hauses, über den Rohbau, bis zur Fertigstellung des Hauses, in dem das Tageshospiz untergebracht ist, mitverfolgen. Ich war zu dieser Zeit wieder in Karenz, mein Sohn wurde 2018 geboren, und dachte schon ein wenig an den Wiedereinstieg in das Berufsleben. Für mich war klar, dass ich nicht mehr im Akutbereich arbeiten wollte. Von 2006 bis 2015 war ich, abgesehen von einer Karenzzeit, immer im Krankenhaus tätig gewesen, sechs Jahre davon auf der Gynäkologie in Schwarzach. Für mich war es sehr belastend, dass ich nicht die Zeit zur Verfügung hatte, die ich gerne für meine Patientinnen gehabt hätte. Für mich gehört zu Pflege und Fürsorge mehr als Grundpflege und Durchführung von ärztlich angeordneten Maßnahmen.

Ich hoffte auf mein Glück und bewarb mich 2020 im Tageshospiz. Wenn ich auf die vergangenen zwölf Monate zurückblicke, kann ich aus vollem Herzen sagen, dass ich glücklich bin in meinem Beruf. Diese Lebensfreude, die bei uns herrscht, und auch der Zusammenhalt unter den Besucherinnen und Besu-



Martina Wallner,
diplomierte
Gesundheits- und
Krankenpflegerin
im Lebensraum
Tageshospiz Pinzgau

Julia Ruetz
diplomierte
Gesundheits- und
Krankenpflegerin
im Lebensraum
Tageshospiz Pinzgau

aus der hospizbewegung

... im Lebensraum Tageshospiz Pinzgau in Leogang

... Julia Ruetz und Martina Wallner das Team im Lebensraum Tageshospiz Pinzgau in Leogang.

chern ist einfach nur schön. Ich fühle mich sehr gut aufgenommen im Team. Sicher ist es nicht immer leicht, wenn ein Besucher, eine Besucherin verstirbt, weil man eine ganz andere Verbindung aufbaut zu den Betroffenen als im Krankenhaus. Aber die oft lustigen Momente und auch der Gedanke, dass wir uns richtig Zeit für diesen Menschen nehmen konnten, trösten ein wenig über den Tod hinweg.

Als „zuagroaste Leogangerin“ war ich natürlich noch stolzer am Tag der offenen Tür des Lebensraums Tageshospiz, meinen Arbeitsplatz und unsere Arbeit den Gästen vorstellen zu dürfen. Ich war überwältigt, wie groß das Interesse an unserem Hospizangebot war.

Martina Wallner. *Als diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin freut es mich, im Team des Tageshospiz Pinzgau mitarbeiten zu dürfen.*

*Oft werde ich gefragt, was zu meinen Tätigkeiten im Tageshospiz zählt. Mein Arbeitstag beginnt mit einer morgendlichen Besprechung, an der unsere Ärztin, die Palliativschwestern und ehrenamtlichen Hospizbegleiterinnen teilnehmen. Dabei werden die an diesem Tag erwarteten Besucher*innen kurz vorgestellt, Befunde besprochen und die geplanten Maßnahmen vereinbart.*

Treffen dann die Besucherinnen und Besucher ein, messe ich die Vitalzeichen, frage Symptome (Schmerzen, Übelkeit, Obstipation, Schlafqualität...) ab und kläre offene Fragen. Auch die Vorbereitung und Verabreichung von verordneten Infusionen oder von parenteraler Ernährung, Stomaversorgung, die Anwendung von Wickel, Heilkräutertees und Einreibungen gehören zu meiner täglichen Arbeit. Bei Bedarf bin ich behilflich bei der Organisation von Heilbehelfen und Hilfsorganisationen sowie beim Ausfüllen von Anträgen.

Während meiner zehnjährigen Tätigkeit in einer internen Abteilung durfte ich oft Menschen in ihrer letzten Lebensphase begleiten. In diesen Jahren erkannte ich, wiewichtig es ist, eine

ruhige Atmosphäre zu schaffen und auf den Menschen einzugehen. Dazu braucht es vor allem Zeit – Zeit, die in den Akuteinrichtungen nicht mehr gegeben ist. Nach der Kinderkarenzzeit folgten sechs Jahre, in denen ich in der mobilen Hauskrankenpflege unterwegs war. Das ermöglichte mir noch mehr, den Menschen in seiner Ganzheit zu betrachten, samt seiner Familie und seinem Umfeld.

*Ende letzten Jahres bekam ich die Gelegenheit, einen Tag im Tageshospiz mitzuarbeiten. Ich war begeistert. Zuallererst fiel mir auf, dass nicht von Patient*innen, sondern von Besucher*innen die Rede ist. Tut es uns nicht allen gut, willkommen zu sein und verwöhnt zu werden? Es wurde so viel gelacht, die Besucher*innen freuten sich aufeinander und ich konnte ihnen ohne schlechtes Gewissen zuhören, weil ich wusste, dass dafür genügend Zeit ist. An diesem Schnuppertag sagte mir ein Herr, er komme so gerne, weil es hier so „kring“ (bedeutet so viel wie „leicht“) sei und ich dachte mir, er hat recht, so empfinde ich es auch.*

Es erfüllte mich mit großer Freude, dass es im Pinzgau diese Einrichtung gibt und noch mehr, dass ich hier mitwirken darf. ■



aus der hospizbewegung

Dank an alle Ehrenamtliche!

Nicht nur am Tag des Ehrenamtes, dem 5.12.2021, gebührt allen Ehrenamtlichen Dank!

Die Hospiz-Bewegung Salzburg ist an jedem Tag im Jahr dankbar für den hohen Einsatz der im Verein tätigen Ehrenamtlichen.

Sie schenken Zeit, Zuwendung, Interesse, achtsame Aufmerksamkeit und tatkräftige Unterstützung, um die ursprüngliche Hospizidee umzusetzen und alle damit verbundenen Angebote erst möglich zu machen.

Diese Liebe zum Menschen ist unbezahlbar!

Herzlichen Dank!

Nachruf

Martina Rettenbacher, langjährige Ehrenamtliche im Pflegebeirat, ist am 27. November 2021 verstorben.

Martina Rettenbacher war neben ihrer beruflichen Tätigkeit ab 2006 über viele Jahre ehrenamtlich im Pflegebeirat der Hospiz-Bewegung Salzburg tätig. Bei Treffen mehrmals im Jahr war sie am Austausch der im Beirat vertretenen Institutionen sowie an der Planung und Durchführung von Pflegefachtagungen der Hospiz-Bewegung beteiligt und nahm auch an mehreren „Salzburger Hospiztagen“ als Workshopleiterin oder als Besucherin teil.

Ihre Aufgeschlossenheit für die Themen Hospizarbeit und Palliative Care und ihre ruhige, bedachte Art, mit der sie ihre Kompetenz und ihr Herz für die Anliegen schwererkrankter und sterbender Menschen einbrachte, ließ sie zu einer allseits beliebten, wertvollen Mitwirkenden im Hospizbereich werden.

Wir danken Dir, liebe Martina!

Laternenfest

Alle Jahre wieder feiern die Kinder vom Kindergarten Kleingmain ihr Laternenfest vor dem Tageshospiz.

Zum Anlass des Martinstages am 11. November kamen auch heuer wieder die Kinder vom Kindergarten Kleingmain, um auf dem Vorplatz des Lebensraum Tageshospiz Salzburg zu singen, ihre selbstgebastelten Laternen zu zeigen und in kleinen Aufführungen die Geschichte des Heiligen Martins darzustellen.

Das Thema Teilen mit Bedürftigen steht ja im Vordergrund dieser Geschichte. Man konnte erleben, wie die Kinder und ihre Pädagoginnen die eigene Freude mit den Besucherinnen und Besuchern, wie auch den Mitarbeiter*innen des Tageshospizes teilten und so vermehrten.

Unser ganz herzlicher Dank gilt allen beteiligten Kindern und vor allem den engagierten Kindergartenpädagoginnen und der Leiterin des Kindergartens Sabine Kohoutek!



aus der hospizbewegung

Benefiz fürs Hospiz

Unter diesem Titel gab das Jugend Sinfonieorchesters Zürich im Salzburger Odeion am Freitag, dem 15. Oktober 2021 ein fulminantes Konzert. Auf dem Programm standen Mozarts Klarinettenkonzert und Brahms' 2. Sinfonie.

Das Jugend Sinfonieorchester Zürich (JSOZ) wurde 1987 von Howard Griffiths gegründet, umfasst heute rund 80 Mitglieder im Alter zwischen 14 und 24 Jahren und spielt eine wichtige Rolle in der Jugendorchesterszene

Mittels freiwilliger Spenden konnte der Hospiz-Bewegung Salzburg der schöne Betrag von rund 1.000 Euro übergeben werden.

Als eine von vielen begeisterten Rückmeldungen erreichten uns die folgenden Zeilen einer Konzertbesucherin:

*Liebe Mai,
gestern war ich mit einer Freundin
beim Benefizkonzert des Jugend Sinfonieorchesters Zürich.*

Ich MUSS mich jetzt bei irgendjemandem bedanken, und bitte Dich, meinen Dank an den/die OrganisatorInnen weiterzuleiten und besonders an den/die, der diese wunderbare Idee hatte.

Du weißt selbst am besten, was Musik bewirken kann. Aber selbst wenn man den Ton abgedreht hätte, wäre ich selig gewesen!

Soooo viele Individuen ... und es entsteht ein einziges großes Ganzes ... zum Wohle von ALLEN!

Dieser Eifer, die Disziplin, die Lebensfreude und Lebendigkeit, das Miteinander, der Spaß....ganz abgesehen vom Können dieser jungen Menschen.... und der Dirigent, der jeden Einzelnen angeschaut hat, als ob es sein eigenes Kind wäre....

Bei mir sind Tränen geflossen, still und beständig, und ich bin eingetaucht in etwas, das ich so noch nie erlebt habe. Die Welt kann so übel nicht sein, wenn junge Menschen sich für diesen Weg entscheiden.

*Ich fand es nur so schade, dass nicht mehr Besucher*innen dabei waren. Lieben Gruß, immer noch selig,
Andrea*

Die Hospiz-Bewegung Salzburg bedankt sich von Herzen beim Jugendorchester, seinem Dirigenten, Frau Konrad-Karsten von der Agentur Kunst & Kultur sowie bei allen Besucher*innen für ihre Spende! ■

Spende

In Leogang fand eine Geburtstagsfeier für die Hospiz- und Palliativbetreuung im Tageshospiz Pinzgau statt.

Anlässlich eines Konzertes zum Geburtstag, das von den drei „50ern“ Christian Gruber, Walter Rohrmoser und Hubert Muhr finanziert wurde, verlangten die Minigolfbetreiber beim Ritzensee /Saalfelden Guggi und Peter Bauhofer statt eines Eintrittspreises freiwillige Spenden von den Mitfeiernden.

Die Musik begeisterte rund 150 tanzlustige Leute. Am Ende überreichten die drei Geburtstagskinder 3.100 Euro in Form eines Schecks an den Lebensraum Tageshospiz Pinzgau.

Vielen herzlichen Dank an alle Beteiligten! ■



Spende

Mountainbiken für den guten Zweck: Ein beträchtlicher Teil der Spenden des Everesting@Biberg-Charity Events geht an den Lebensraum Tages-hospiz Pinzgau in Leogang.

Siegfried Hauser und Manuel Hörl spendeten als Veranstalter des „24h-Everesting Plus@Biberg Anneliese Hauser Gedächtnis Charity Event“ den Betrag von 10.193,75 Euro an den Lebensraum Tageshospiz Pinzgau in Leogang.

Als Everesting bezeichnet man die Überwindung von 8.848 Höhenmetern, auf derselben Strecke. Als Gipfel bot sich der Biberg in Saalfelden an. Anlass für den ursprünglich als einmalig geplanten Event war die Erkrankung von Hausers Mutter Anneliese an Leukämie.

Als am 1. Mai 2021 Anneliese Hauser an

Leukämie starb, entschieden sich die beiden Freunde als Andenken an Anneliese, eine weitere Veranstaltung durchzuführen.

Aus sportlicher Sicht war das Ziel der Veranstaltung 2021 die Zurücklegung so vieler Höhenmeter wie möglich binnen 24 Stunden. Ein weiteres Ziel war es, viele Menschen zur Bewegung und zum Spaß am Berg zu animieren. Hierfür wurde eigens ein Gewinnspiel eingeführt, bei dem die Teilnehmer*innen die gesamte Höhenmeterzahl schätzen konnten. Als Teilnehmer wurde dabei jeder gezählt, der den Berg mittels Wandern, E-Bike

oder Mountainbike bewältigte. So kam man insgesamt auf die fantastische Zahl von 269.847 Höhenmetern, die von allen Teilnehmer*innen zurückgelegt worden waren.

Auf Empfehlung vom Bürgermeister der Stadtgemeinde Saalfelden, Erich Rohrmoser, ging von der Gesamtspendensumme über 40.775 Euro ein Viertel in Höhe von 10.193,75 Euro an den Lebensraum Tageshospiz Pinzgau in Leogang.

*Herzlichen Dank an die Organisatoren und alle Mitwirkenden und Spender*innen!*

Einfach ausschneiden und im Kuvert an die Hospiz-Bewegung Salzburg senden. Hinweis: Spendenbegünstigung für Mitgliedsbeiträge (Förderbeiträge) und Spenden bei korrekter Datenangabe inkl. Geburtsdatum (s. a. S. 27). Registrierungsnummer SO 1366.

Ich interessiere mich für die Arbeit der Hospiz-Bewegung Salzburg und

- möchte nähere Informationen zum Ausbildungslehrgang für Hospizbegleiter*innen.
- möchte die Hospiz-Bewegung durch eine einmalige Spende unterstützen, darüber hinaus aber keine Mitgliedschaft erwerben.

- Ich ersuche um Zusendung der Zeitung.
- Ich möchte die Hospiz-Bewegung Salzburg als Mitglied finanziell unterstützen. Ich werde den Jahresmitgliedsbeitrag von 36 Euro nach Erhalt eines Zahlscheins einzahlen. Als Mitglied bekomme ich die vierteljährlich erscheinende „Lebensfreude“, die Zeitung der Hospiz-Bewegung Salzburg.
Danke, dass auch Sie Lebensfreude spenden! Übrigens, Ihre Spende ist steuerlich abzugsfähig: Reg.-Nr. SO 1366.

Hospiz-Bewegung Salzburg
Buchholzhofstraße 3a
5020 Salzburg

Vorname(n)

Nachname

Geburtsdatum (TT/MM/JJJJ)

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail-Adresse

Datum

Unterschrift



„Wenn ich das gewusst hätte! | Geschichten aus dem Tageshospiz

Mit dem Lebensraum Tageshospiz in Kleingmain hat die Hospiz-Bewegung Salzburg Geschichte geschrieben. Der Lebensraum Tageshospiz schreibt aber auch Geschichten.

Die Gäste, die ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen und die hauptamtlichen Palliativkräfte – sie alle tragen dazu bei. Brigitte Trnka und Walter Müller trugen die Geschichten zusammen und lassen sie im Buch „Wenn ich das gewusst hätte!“ lebendig werden.

Gerade der Austausch in der Gruppe mit anderen Betroffenen motiviert die Gäste, über ihr Befinden zu sprechen und sich über den Umgang mit ihrer Situation auszutauschen – dabei kommt so einiges zutage: Alltägliches, Nachdenkliches, Tiefsinniges, Heiteres, ...

„Wenn ich das gewusst hätte!“

Brigitte Trnka, Walter Müller

Hospiz-Bewegung Salzburg Eigenverlag

152 Seiten

ISBN-Nr. 978-3-200-06853-7

Preis: 19,80 Euro

Buch erhältlich unter 0662 / 82 23 10 oder info@hospiz-sbg.at sowie im Buchhandel.

Impressum

Herausgeber Hospiz-Bewegung Salzburg
Verein für Lebensbegleitung und Sterbebeistand
Buchholzhofstraße 3a, 5020 Salzburg
Telefon 0662/822310, info@hospiz-sbg.at
ZVR-Zahl 458287044

F.d.l.v.:
MMag. Christof S. Eisl
Redaktion Mai Ulrich

Konzept und Gestaltung:
scheuer | agentur für dialog

Druck:
Offset 5020

Fotos:
Hospiz-Bewegung Salzburg/R. Altendorfer,
A. Hechenberger, Romana Jastrinsky, Privat;
AdobeStock_327632887/Seite 13;
AdobeStock_144625165/Seiten 18+19;
AdobeStock_201854511/Seite 28.

ZAHLUNGSANWEISUNG AUFTRAGSBESTÄTIGUNG

EmpfängerIn: Hospiz-Bewegung Salzburg, 5020 Salzburg
IBAN EmpfängerIn: AT362040401900195362
BIC EmpfängerIn: SBGSAT2SXXX
EUR
AuftraggeberIn
IBAN AuftraggeberIn:
Verwendungszweck: <input type="radio"/> Spende <input type="radio"/> Förderbeitrag
Ihre Spende ist steuerlich abzugsfähig: Reg.-Nr. SO 1366

AT

SPARKASSE
Salzburg

ZAHLUNGSANWEISUNG

EmpfängerIn Name/Firma H O S P I Z - B E W E G U N G S A L Z B U R G , 5 0 2 0 S B G .			
IBAN EmpfängerIn A T 3 6 2 0 4 0 4 0 1 9 0 0 1 9 5 3 6 2			
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank S B G S A T 2 S X X X	<small>Ein BIC ist verpflichtend anzugeben, wenn die IBAN EmpfängerIn ungleich AT beginnt</small>	EUR	Betrag
Nur zum maschinellen Bedrucken der Zahlungsreferenz			Prüfziffer
<small>Zutreffendes bitte ankreuzen</small>			
<input checked="" type="checkbox"/> S p e n d e			
PLZ L 4 2 1 X	Adresse Ort, Anschrift	Geburtsdatum T T M M J J	
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn			
KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name/Firma			
			006
Unterschrift Zeichnungsberechtigter			30+ Betrag < Beleg +

«Organisation»
«Anrede» «Titel» «Vorname» «Nachname»
«Straße»
«PLZ» «Ort»
«Land»

Dachorganisation

Hospiz-Bewegung Salzburg

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3a
☎ 0662/82 2310, Fax DW -36
MMag. Christof S. Eisl, Veronika Herzog,
info@hospiz-sbg.at

Initiativen

Hospiz-Initiative Salzburg-Stadt

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3a
DGKP Angela Biber, DGKP Barbara Schnöll, MA, DGKP Agnes Melzer
☎ 0662/82 2310
stadt@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Flachgau

Neumarkt

Ärztzentrum Neumarkt
5202 Neumarkt, Salzburger Straße 5
Elfriede Reischl
☎ 0676/837 49-301
flachgau@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Flachgau

Oberndorf

☎ 0676/837 49-302
oberndorf@hospiz-sbg.at

info@hospiz-sbg.at
www.hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Tennengau

c/o Landesklinik Hallein
5400 Hallein, Bürgermeisterstraße 34
Martina Gratz-Michelag
☎ 0676/837 49-303
tennengau@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Pongau

c/o Stadtgemeinde Bischofshofen
5500 Bischofshofen, Rathausplatz 4
Anja Toferer
☎ 0676/837 49-304
bischofshofen@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Enns-Pongau

5550 Radstadt, Lebzelterau 8
Ricky Mooslechner
☎ 0676/837 49-305
Dr. Andreas Kindler
☎ 0664/19 38 040
radstadt@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Pinzgau Teams Saalfelden & Zell am See

c/o Lebensraum Tageshospiz Pinzgau
5771 Leogang, Sonnrain 34
Helene Mayr
☎ 0676/837 49-307
saalfelden@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Pinzgau Team Oberpinzgau

5730 Mittersill, Lendstraße 14a,
Andrea Steger ☎ 0676/837 49-308
oberpinzgau@hospiz-sbg.at

Hospiz-Initiative Lungau

5580 Tamsweg, Bahnhofstraße 17
☎ 05 1760-4146, Fax 06474/26 876
Elisabeth Huber
☎ 0676/84 82 10-472
lungau@hospiz-sbg.at

Trauerbegleitung

Kontaktstelle Trauer

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3a
☎ 0662/82 2310-19
☎ 0676/837 49-602
Silvia Schilchegger, BA, Mai Ulrich
kontaktstelle-trauer@hospiz-sbg.at

Bildung

Hospiz- & Palliativ-Akademie

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3a
☎ 0662/82 2310-12
Mai Ulrich, Manuela Wagner,
DGKP Eva Brunner,
DGKP Conny Pichler, Dr. Ellen Üblagger
bildung@hospiz-sbg.at

(Teil-)Stationäre & mobile Einrichtungen

Lebensraum Tageshospiz

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3
☎ 0662/82 2310-16
Fax 0662/82 2310-37
Dr. Irmgard Singh, Hospizärztin
DGKP Barbara Schnöll, MA
tageshospiz@hospiz-sbg.at

Lebensraum Tageshospiz Pinzgau

5771 Leogang, Sonnrain 34
☎ 06583/930 28, Fax DW -34
DGKP Margarethe Aberger-Schwaiger
DGKP Romana Jastrinsky
tageshospiz-pinzgau@hospiz-sbg.at

PAPAGENO

mobiles Kinderhospiz Salzburg

5020 Salzburg, Buchholzhofstraße 3a
☎ 0662/82 2310
Dr. Regina Jones, DKKP Helga Lugstein
☎ 0676/837 49-503 (Mo, 9–12)
kinderhospiz@papageno.help

PAPAGENO

mobiles Kinderhospiz Innergebirg

c/o Kardinal Schwarzenberg Klinikum
Kardinal Schwarzenbergplatz 1,
5620 Schwarzach im Pongau
Dr. Christoph Seelbach
☎ 06415/71 01-83 3 57 oder
☎ 06415/71 01-83 3 52 (Mo-Fr, 9–12)

Mobile Palliativteams der Caritas:

Zentralraum Stadt Flachgau

Zentralraum Stadt Tennengau

5020 Salzburg, Friedensstraße 7
☎ 0676/84 82 10-408
☎ 0676/84 82 10-492
palliativ.salzburg@caritas-salzburg.at
Bürozeiten: Mo - Fr 8:00-12:00

Pinzgau

5700 Zell am See, Seehofgasse 2
☎ 05 1760 4140, Fax DW -60
☎ 0676/84 82 10-410
palliativ.pinzgau@caritas-salzburg.at
Bürozeiten: Mo, Mi, Fr 8:00–10:00

Pongau

5500 Bischofshofen, Pestalozzigasse 6
☎ 0676/84 82 10-420
palliativ.pongau@caritas-salzburg.at
Bürozeiten: Mo, Mi, Fr 8:00–10:00

Lungau

5580 Tamsweg, Bahnhofstraße 17
☎ 05 1760-4146, Fax 06474/26 876
☎ 0676/84 82 10-470
palliativ.lungau@caritas-salzburg.at
Bürozeiten: Mo, Do, Fr 9:00–11:00
Di 14:00–17:00

Raphael Hospiz der Barmherzigen Brüder

5020 Salzburg, Dr.-Sylvester-Straße 1

☎ 0662/82 60 77-210 bzw. -213

Dr. Ellen Üblagger, ellen.ueblagger@bbsalzburg.at