

HOSPIZ AKTUELL

BEGEGNUNG UND GEMEINSCHAFT

UNGETEILTE ZEIT

Aufmerksamkeit ist das schönste Geschenk, das man machen kann.

► Seite 3

EINFÜHLSAM

Betreuungsqualität liegt auch im Zeithaben und Zeitnehmen.

► Seite 6

TRAUERRAUM

Eine Besucherin erzählt über den TrauerRaum in Maria Enzersdorf.

► Seite 8

Aufmerksamkeit
schenken

4 / 2021



VEREIN HOSPIZ MÖDLING



Liebe Freundinnen und Freunde des Verein Hospiz Mödling!

Bevor ich diesen Artikel schreibe, möchte ich einen kurzen Rückblick auf dieses bald zu Ende gehende Jahr machen. Das Erste, was mir in den Sinn kommt, sind die teilweise tiefen Gräben, die in unserer Gesellschaft entstanden sind. Gleichzeitig höre und spüre ich in vielen Begegnungen und Gesprächen, dass die Sehnsucht nach gelingenden Beziehungen bei vielen Menschen wächst. Ganz bewusst haben wir uns daher im Redaktionsteam unserer Zeitung entschieden, das Thema "Aufmerksamkeit" in den Mittelpunkt dieser Ausgabe zu stellen. Im Sinne der guten

Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart, der bedeutendste Mensch immer der, der dir gerade gegenübersteht, und das notwendigste Werk ist immer die Liebe.
(Meister Eckhart)

Selbstfürsorge ist es gerade für Mitarbeiter*innen unseres Vereins wichtig, sich diese Aufmerksamkeit zunächst selbst zukommen zu lassen, sie im Team miteinander zu teilen und sich so gestärkt den Menschen zuzuwenden, die sich unserer Begleitung anvertraut haben. Diese Haltung ungeteilter und achtsamer Aufmerksamkeit schenkt schwerstkranken Menschen, deren Familien und Trauernden die Möglichkeit, Vertrauen zu finden und sich gut und

sicher aufgehoben zu wissen. Ich bedanke mich bei allen haupt- und ehrenamtlichen Kolleg*innen, für die gute – zum Teil bis an die Belastungsgrenze reichende – Arbeit in diesem Jahr und die gemeinsame Sorge, geschenkte Aufmerksamkeit zu einem wertvollen Grundpfeiler unserer Tätigkeit werden zu lassen.

Dass wir unsere Arbeit gut erfüllt haben, dürfen wir sowohl den vielen guten Rückmeldungen als auch der anhaltenden finanziellen Unterstützungsbereitschaft vieler Menschen entnehmen. Seien Sie dafür herzlich bedankt! Im Namen des gesamten Teams wünsche ich Ihnen gesegnete Weihnachten und kommen Sie bitte mit der Gewissheit ins neue Jahr, dass Sie sich unserer fürsorglichen Aufmerksamkeit auch in Zukunft sicher sein können.

Veronika Ablöschner

Veronika Ablöschner

*Vorsitzende
Verein Hospiz Mödling*



UNGETEILTE ZEIT

*Aufmerksamkeit ist das schönste Geschenk, das man machen kann.
Über die Bedeutung der kleinen Dinge und die Sprache der Liebe.*

Nicht wenige Angehörige bedauern heute, ihre Eltern, Großeltern nicht rechtzeitig nach dem Familienstammbaum, den Kriegsjahren, den Jugenderlebnissen, der ersten Liebe gefragt zu haben. Ein Stammbaum lässt sich vielleicht noch im Rahmen einer Ahnenforschung rekonstruieren, das Erlebte, Erlittene, Überwundene bedauerlicherweise nicht mehr.

So wie es in einer Partnerschaft oder Freundschaft wichtig ist, Aufmerksamkeit zu schenken, ein Kind nach seinen Erlebnissen, Gedanken und Gefühlen zu fragen, so wichtig ist es auch im Alter, dass wir unsere Aufmerksamkeit und Zuwendung bewusst auf unser Gegenüber richten. Wer aufmerksam zuhört, findet den Menschen, seine schönen Erinnerungen und seine Enttäuschungen, seine Bedürfnisse, seine Schmerzen, Ängste und Sorgen.

In den Jahren der Begleitung im Pflege- und Betreuungszentrum Vösendorf durfte ich viele Menschen und die Vielfalt des Lebens kennen lernen.

Unvergessen: „Ich bin das Hellale, kommen’s amol nach Kärnten, ich spiel ihnen was vor“ ...

Das Ehepaar, das ganz Europa mit dem Motorrad und der Beiwagenmaschine, später mit dem VW bereiste und mir gezeigt hat, dass Liebe und Fürsorge auch nach 60 Jahren Ehe noch Bestand haben kann ...

Frau W., die im Krieg als Schaffnerin eingesetzt war ...

Frau K., die seit Monaten nicht mehr in zusammenhängenden Worten sprach, aber auf die Geburt meines Enkelkindes spontan ausrief: „Und was ist es, Bub oder Mädchen“?

Herr K., der seine Frau – als Nikolo verkleidet – kennen gelernt hatte und dessen Glaube tiefe Gespräche ermöglichte ...

Frau B. und die eindringliche Bitte „Halt mich“...

Immer habe ich mir gewünscht, dass auch die Kinder oder Enkel, sofern vorhanden, von den mir anvertrauten Erinnerungen erfahren haben. Einigen von ihnen durfte und darf ich begegnen und freue mich für die Resident*innen und ihre Angehörigen.

So schön kann das Leben sein, wenn das Herz mitspielt.

Ganz wichtig erscheint mir die Qualität der Zuwendung, die Normalität. In meinem Tagebuch habe ich eine Beobachtung auf einer Cafétterasse in Ravenna notiert:

Die nonna ist schon sehr pflegebedürftig, sitzt im Rollstuhl, trägt ein gestepptes Stoffcape (genial, dadurch muss man in keine Ärmel herumwursteln), umgehängtes Lätzchen, alles ganz selbstverständlich. Und dann drückt ihr der Enkel, 17 oder 18 Jahre alt, zusammengebundene Haare, in Bermudas flott mit dem Fahrrad angebraust, in der Öffentlichkeit einen Kuss auf die Wange. Keine Spur von Peinlichkeit. So schön kann Leben sein, wenn das Herz mitspielt.

Er ist gekommen und er war ganz da, denn er hat seine nonna glücklich gemacht! Ihr Strahlen vermittelte deutlich, dass sie sich in diesen 15 Minuten als wahrgenommen und geliebt empfand.

Bei allem Leid, das wir als Angehörige mittragen, gibt es nicht nur Kranke, Demente und Sterbende. Immer sind es auch Ehepartner, Eltern, Großeltern, Freunde, Freundinnen, die als solche wahrgenommen werden wollen. Und die Sprache der Liebe wird immer verstanden.



Ungeteilte Zeit ist das wertvollste Geschenk und, so noch möglich, auch Mobilität. Ein Spaziergang, eine Einladung ins Café, die Organisation eines Besuchs bei oder von alten Bekannten, Weggefährten oder Nachbarn – ein solches Geschenk bleibt lange in Erinnerung. Wenn die Mobilität eingeschränkt ist, bekommen die kleinen Gesten und Dinge noch mehr Gewicht: Berührungen, Musik mit Liedern aus früheren Jahren, Bilder der Kindheit, aus dem Erwachsenenleben oder Bilder von den Enkelkindern, vielleicht zusammengefasst in einem Fotobuch, Sprüche aus dem Poesiealbum, je nach Jahreszeit erste Schneeglöckchen, ein Lavendelduftsäckchen, ein Wiesenblumensträußchen, ein Adventkalender, eine Karte, die zeigen „ich hab an dich gedacht“.

Und die Sprache der Liebe wird immer verstanden.

Und wenn Worte versiegen und Gespräche verstummen, „die einsamste von allen Stunden dem Ewigen entgegenschweigt“, ist es immer noch unsere Hand, die unsere Aufmerksamkeit, unser ganz da Sein, vermitteln kann. Ich glaube fest daran, dass die Seele die Zuwendung ihresgleichen braucht und vieles auch am Ende noch im Herzen heil werden kann. Weihnachten steht vor der Tür. Schenken wir einander ungeteilte Aufmerksamkeit, den Kindern, den mitten im Leben stehenden, den Alten und Kranken. „Was bleibt, stiften die Liebenden.“ (Jörg Zink)

Gedanken zur Aufmerksamkeit, niedergeschrieben von Gerda Trappl. Sie begleitet seit 2010 ehrenamtlich Bewohnerinnen und Bewohner im Pflege- und Betreuungszentrum Vösendorf.



Das ist die Sehnsucht:
wohnen im Gewoge
und keine Heimat haben
in der Zeit.

Und das sind Wünsche:
leise Dialoge
täglicher Stunden
mit der Ewigkeit.

Und das ist Leben.
Bis aus einem Gestern
die einsamste von
allen Stunden steigt,
die, anders lächelnd
als die and'ren Schwestern,
dem Ewigen
entgegenschweigt.

(Rainer Maria Rilke)

*Unser mobiles Palliativteam ist Tag für Tag für unsere Patient*innen und deren Angehörige im Einsatz. Am wichtigsten dabei sind die Bedürfnisse und Wünsche der Erkrankten und Sterbenden, die einfühlsam erfragt werden. Oder manchmal auch nur achtsam erspürt werden können.*

Über Aufmerksamkeit in der Palliativpflege. Von DGKP Gabi M.

Was ist aufmerksam, wann bin ich aufmerksam und warum ist Aufmerksamkeit in der Betreuung von schwersterkrankten Menschen besonders wichtig?

Bei unseren Erstbesuchen lernen wir Palliativschwestern und -pfleger das private Umfeld unserer Patient*innen kennen, den Lebensstil, den Geschmack, vielleicht auch das Lieblingstier oder sogar die Lieblingsfarbe. Bei unseren Besuchen betreten wir einen sehr privaten Raum, den Lebensraum. Ein absolutes Tabu ist für viele noch immer das Schlafzimmer. Es ist einer der intimsten Räume, die wir als Krankenpflegepersonen betreten. Umso wichtiger ist es, hier mit der größten Aufmerksamkeit dem Patienten zu begegnen. Nicht jeder Patient öffnet sich, spricht gleich über Dinge, über die man nur schwer spricht.

Da gibt es die Plaudertaschen, die wie ein Wasserfall all ihre Gedanken los werden wollen, die Misstrauischen, die vor dem Gespräch einen Berufsausweis verlangen oder die Ruhigen, die kaum zu einem Gespräch zu bewegen sind, sich am liebsten in ihr Schneckenhaus verkriechen wollen.

Wie aufmerksam muss ich sein, wenn ich als Palliativpflegefachkraft zu einem Patienten gehe? Was macht eine hohe Qualität aus? Die Aufmerksamkeit ist ein großer Bestandteil unserer Besuche. Wie sonst könnten wir der für die Betreuung wichtigen Symptomkontrolle nachkommen? Unser Augenmerk liegt auf der Beobachtung des Patienten. Unsere Qualität liegt im Zeithaben und Zeitnehmen. Es sind nicht immer die gesagten Worte, auf die wir eingehen. Oft sind es die nicht gesprochenen Wörter, die uns aufhorchen und nachfragen lassen.

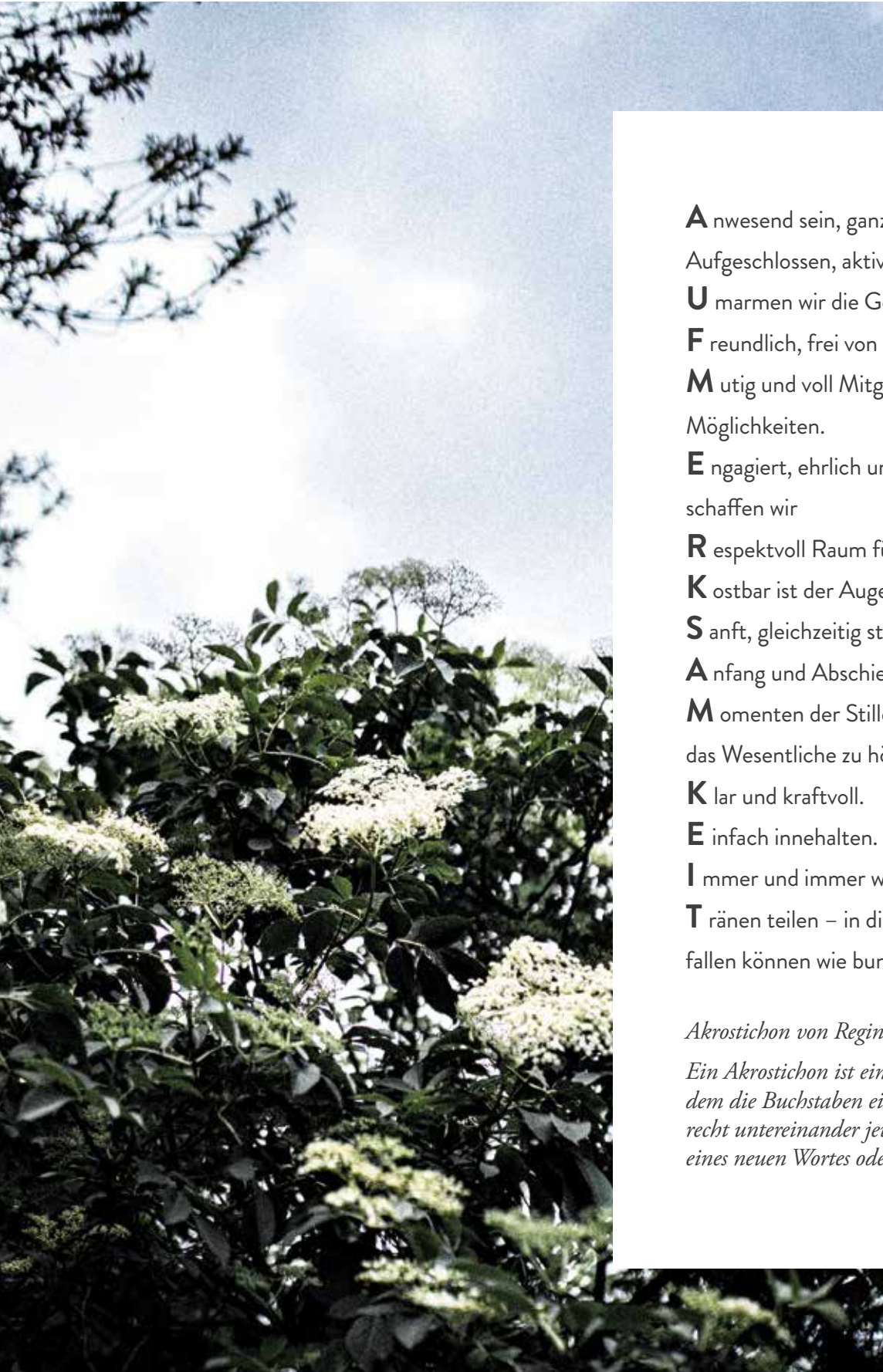
Es sind Körpersignale, die auf den ersten Blick übersehen werden können und doch für die Beurteilung des Verlaufes der Erkrankung von großer Bedeutung sind. Es sind die nonverbalen Zeichen, mit denen der Körper spricht.

Aufmerksam ist auch einfühlsam. Da geht es um Mimik und kleine Gesten, wie das Runzeln der Stirn, das Hochziehen der Lippen oder ein leises Seufzen, welches uns hellhörig werden lässt. Manchmal ist es nur eine schützende Handbewegung auf die schmerzende Stelle. Durch die hohe Aufmerksamkeit können wir frühzeitig reagieren und verbessern dadurch die Qualität unserer Betreuungen. Wir können mit unserer Beratung Lebenszeit schenken, die Zeit des Abschieds begleiten, hilfreich zur Seite stehen mit all unserer Aufmerksamkeit für die Bedürfnisse des Patienten.

Dieses genaue Hinhören, das Wahrnehmen von Ängsten und Gefühlen war bei uns nicht immer so geschult wie heute. Es hat Zeit benötigt, sich zu entwickeln, und wurde erst mit den Jahren perfektioniert. Und trotz der Routine, trotz der vielen Erfahrung geht es nicht leicht von der Hand. Jede Begleitung ist anders, und es benötigt immer wieder viel Aufmerksamkeit, Einfühlungsvermögen und Verständnis für die jeweilige Situation, denn jeder Mensch ist in seinem Sterben einzigartig und individuell.

Eines haben alle unsere Patient*innen gemeinsam – eine unheilbare Erkrankung. Wir können nur versuchen, uns in die jeweilige Situation hinein zu fühlen, doch wie Sterben wirklich geht, das wissen nur die Betroffenen.





Anwesend sein, ganz da.
Aufgeschlossen, aktiv und aufrichtig
Umarmen wir die Gegenwart.
Freundlich, frei von Richtig oder Falsch.
Mutig und voll Mitgefühl erkennen wir
Möglichkeiten.
Engagiert, ehrlich und entschlossen
schaffen wir
Respektvoll Raum für wahre Nähe.
Kostbar ist der Augenblick.
Sanft, gleichzeitig stark, gilt es
Anfang und Abschied zu halten und in
Momenten der Stille
das Wesentliche zu hören.
Klar und kraftvoll.
Einfach innehalten.
Immmer und immer wieder.
Tränen teilen – in die Ewigkeit des Trostes
fallen können wie buntes Herbstlaub.

Akrostichon von Regina Reindl

Ein Akrostichon ist ein Gedicht, bei dem die Buchstaben eines Wortes senkrecht untereinander jeweils den Anfang eines neuen Wortes oder Satzes bilden.

TRAUERRAUM MARIA ENZERSDORF

Ich betrete den „TrauerRaum“, die Aufbahnhalle des Friedhofes in Maria Enzersdorf. Mir ist ein wenig schwer zumute, habe ich doch vor ungefähr einem Jahr hier meinen Mann auf seinem letzten irdischen Weg bei seinem Begräbnis begleitet ... Doch als ich nun in diesem Raum bin, erfüllt mich eine innere Ruhe inmitten der vielen Kerzen und der liebevoll geschmückten Tische. Ich gehe von Station zu Station und lasse die dort angebotenen Impulse, Anregungen, Geschichten und Texte auf mich wirken.

Da liegen auf einem Tisch Scherben – Symbole für das Zerbrochene in meinem Leben. Ich darf eine nehmen und sie hoffnungsvoll in ein mit Blättern und Blumen geschmücktes Herz legen. Auf dem nächsten Tisch steht eine Schale mit Steinen für das Schwere in mir und daneben eine mit Wasser. Ich nehme einen Stein und übergebe meine Last der reinigenden Kraft des Wassers. Dazu lese ich eine berührende Geschichte über eine Libelle. Ich merke, dass ich Tränen in den Augen habe.

Dann komme ich zur „Klagemauer“. Ich darf auf ein Blatt Kummer, Klagen, Dank, Gedanken und Bitten notieren und schreibe einen Brief an meinen Mann, voll von Liebe und Dankbarkeit für all das Schöne mit ihm. Dann stecke ich das Blatt in die Löcher der Klagemauer. Am Allerheiligentag werden alle Briefchen in einer Feuerschale verbrannt.

In der nächsten Station gebe ich eine Papierblüte als Zeichen der Dankbarkeit in eine Wasserschale – die Blütenblätter öffnen sich im Wasser. Meine Dankbarkeit wird sichtbar für mich. Weiter führt mein Rundgang mich zu einem Tisch mit Kerzen. Ich darf eine anzünden und in eine Sandschale stellen als Zeichen für Hoffnung und Zuversicht, welche bereits langsam in mir wachsen. Am nächsten Tisch liegen wunderbare Texte zum Lesen und Mitnehmen – die Kraft der Worte tut einfach gut. In der letzten Station finde ich weiße Bänder für meine Hoffnung auf Versöhnung. Ich nehme eines dieser Bändchen und binde es an den Baum daneben, wo schon viele davon hängen.



Mein Verweilen in diesem TrauerRaum dauert noch länger, ich bin ganz bei dem gerade Erlebten und bei meinem verstorbenen Mann. Diese innere Ruhe, die ich zu Anfang verspürt habe, ist noch immer da und ich fühle eine gewisse Geborgenheit – wunderschön!

Zum Schluss bekomme ich noch ein kleines Lebkuchenherz geschenkt und darf an einer Meditation teilnehmen, die mich und die anderen Besucher*innen in liebevolle Erinnerungen an unsere Verstorbenen eintauchen lässt und ich bin mir sicher, dass die Erinnerungen und die Liebe bleiben ... Ich bedanke mich herzlich für diese wunderbare Zeit im TrauerRaum und die großartige Atmosphäre, die von den Mitarbeiter*innen des Verein Hospiz Mödling geschaffen wurde.

Wir danken Frau Brigitte Krupka herzlich für ihren berührenden Beitrag über ihren Besuch im TrauerRaum Maria Enzersdorf.

WIR DANKEN VON HERZEN ...

*... den Organisator*innen vieler karitativer Veranstaltungen.*

Immer wieder finden Veranstaltungen statt, deren Einnahmen unserem Verein gespendet werden. Manche werden schon seit vielen Jahren durchgeführt, so haben wir lange Zeit eine jährliche Spende der **Frauen der Pfarre Heiligenkreuz** erhalten. Wir danken sehr dafür! Auch die Einnahmen aus dem **Flohmarkt der Gemeinde Gießhübl** wurden uns heuer wieder überbracht. Ein herzliches Dankeschön an die Organisator*innen und Helfer*innen!



Wir freuen uns über Besuch aus Gießhübl - 1000 Euro durfte Geschäftsführerin Irene Blau von Maria Czapka, Andrea Seif und Monika Jirovec entgegennehmen!



Frau Vizebürgermeisterin Michaela Haidvogel und Gemeinderat Ing. Andreas Dechant übergaben bei der Herbstensquete unserer Vorsitzenden Veronika Ablöschner den Erlös des Bürgermeisterheurigen. Danke! (Foto: Heidi Weyss)

... unserer Heimatgemeinde Maria Enzersdorf.

Nicht nur für unser schönes Büro im Schloss Hunyadi sind wir dankbar. Auch die Zusammenarbeit mit den Mitarbeiter*innen der Gemeinde – ob bei der Organisation des TrauerRaums am Friedhof oder der Nutzung der Säle im Schloss für unsere Ausbildungen oder Veranstaltungen – klappt immer wunderbar. Wir freuen uns sehr über die Wertschätzung, den Rückhalt und die Unterstützung durch Bürgermeister DI Johann Zeiner, den Gemeindevorstand und den Gemeinderat.

... allen Spenderinnen und Spendern und den Gemeinden unseres Bezirks.

Nur mit Ihrer Unterstützung können wir helfen! Mit Ihren Spenden kann Ausstattung, Fortbildung, Infrastruktur, Supervision, Administration usw. finanziert werden. Wir danken Ihnen herzlich dafür! Die Gemeinden unseres Bezirks und einige angrenzende Gemeinden, die zu unserem Betreuungsgebiet gehören, unterstützen unsere Arbeit mit einer jährlichen Subvention. Dafür danken wir herzlich!



*Wir wünschen
frohe Weihnachten!*

HERBST ENQUETE



SO
SCHÜTZEN
WIR UNS!

Trotz Masken, zahlreicher Hinweisschilder und so mancher Einschränkung gab es bei unserer Herbst Enquete viele gute Gespräche und lächelnde Gesichter.

Wir danken allen Anwesenden herzlich für ihr Kommen und die Einhaltung aller Sicherheitsmaßnahmen!

Wir freuen uns sehr, dass unsere Herbst Enquete als Präsenzveranstaltung geglückt ist – mit vielen Besucher*innen und engagierten Mitarbeiter*innen, die gemeinsam alle notwendigen Vorsorgemaßnahmen eingehalten und getragen haben.

Zusammen konnten wir so den berührenden Vortrag von Dr. Franz Schmatz und Stephanie Schmatz hören, die im Anschluss noch viele Signierwünsche erfüllten. „Nochmals herzlichen Dank für die wertschätzende und umsichtige Aufnahme und Begleitung bei der Enquete am Samstag! Ihre gesamte Orga-

nisation inklusive aller Sicherheitsmaßnahmen war wirklich beeindruckend.“ schreibt unser Referent. Vielen Dank!

Für die passende musikalische Begleitung sorgte Karoline Pilcz (unten links). Es war wunderbar – herzlichen Dank!



VEREIN HOSPIZ MÖDLING

MOBILE HOSPIZ- UND PALLIATIV- BETREUUNG

HOSPIZBÜRO

Für Auskünfte und Beratung zur mobilen Betreuung zu Hause kontaktieren Sie bitte unser Hospizbüro: 02236/864 101

Verein Hospiz Mödling
Schloßgasse 6
2344 Maria Enzersdorf
(Schloss Hunyadi, Seitentrakt links)

Unser Büro ist nicht ständig besetzt. Sie erreichen uns jedoch über den Bereitschaftsdienst unter unserer Telefonnummer. Wenn Sie uns besuchen wollen, vereinbaren Sie bitte einen Termin.

Weitere Informationen:
www.hospiz-moedling.at

SPENDEN

Unsere Leistungen der Hospiz- und Palliativbetreuung sind kostenlos. Wir danken sehr herzlich unseren unterstützenden Mitgliedern und Spender*innen für ihre Einzahlungen. Auch für Kranzspenden und sonstige Zuwendungen danken wir herzlich.

UNSER SPENDENKONTO

Verein Hospiz Mödling
Hypobank Mödling, BLZ 53000
IBAN: AT08 5300 0035 5501 4294
BIC: HYPNATWW

Der Fördermitgliedsbeitrag beträgt unverändert Euro 25,44. Spenden und Fördermitgliedsbeiträge an den Verein Hospiz Mödling sind steuerlich absetzbar. (Reg. Nr. SO 1467)

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE UND PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

TRAUERRAUM

Eingeladen sind alle Trauernden, die vor kurzer oder längerer Zeit einen schweren Verlust erlitten haben. Die Gruppe ist ein Ort der Begegnung und des Gesprächs. Einzelbegleitungen sind nach Vereinbarung ebenfalls möglich.

Gesprächsgruppe für Trauernde:

jeweils am 1. und am 3. Dienstag im Monat von 18.00 bis 19.30 Uhr, außer an Feiertagen. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldungen bitte unter: 02236/864 101

LEBENSRAUM

Wir möchten pflegenden Angehörigen durch Information, Beratung und Vernetzung Hilfestellung zur Bewältigung ihres Alltags geben. Bitte kontaktieren Sie uns gerne zu den aktuellen Angeboten und Terminen.

Weitere Informationen unter:
www.hospiz-moedling.at.

Unsere Angebote sind kostenlos und stehen dem Hospizgedanken entsprechend allen Menschen offen.

AKTUELL

Bitte beachten Sie, dass es aufgrund von COVID-19 Bestimmungen zu Änderungen von Angeboten und Terminen kommen kann!



IMPRESSUM

Herausgeber:
VEREIN HOSPIZ MÖDLING
2344 Maria Enzersdorf
Schloßgasse 6
ZVR 479936534
Tel.: 02236/864 101
Fax: 02236/864 101-4

Für den Inhalt verantwortlich:
Veronika Ablöscher (Vorsitzende)

Wenn Sie die Zusendung von Hospiz Aktuell beenden möchten, bitten wir um Mitteilung unter: 02236/864 101 oder office@hospiz-moedling.at



**Aufmerksamkeit, mein Sohn,
ist was ich dir empfehle:
Bei dem, wobei du bist,
zu sein mit ganzer Seele.**

FRIEDRICH RÜCKERT