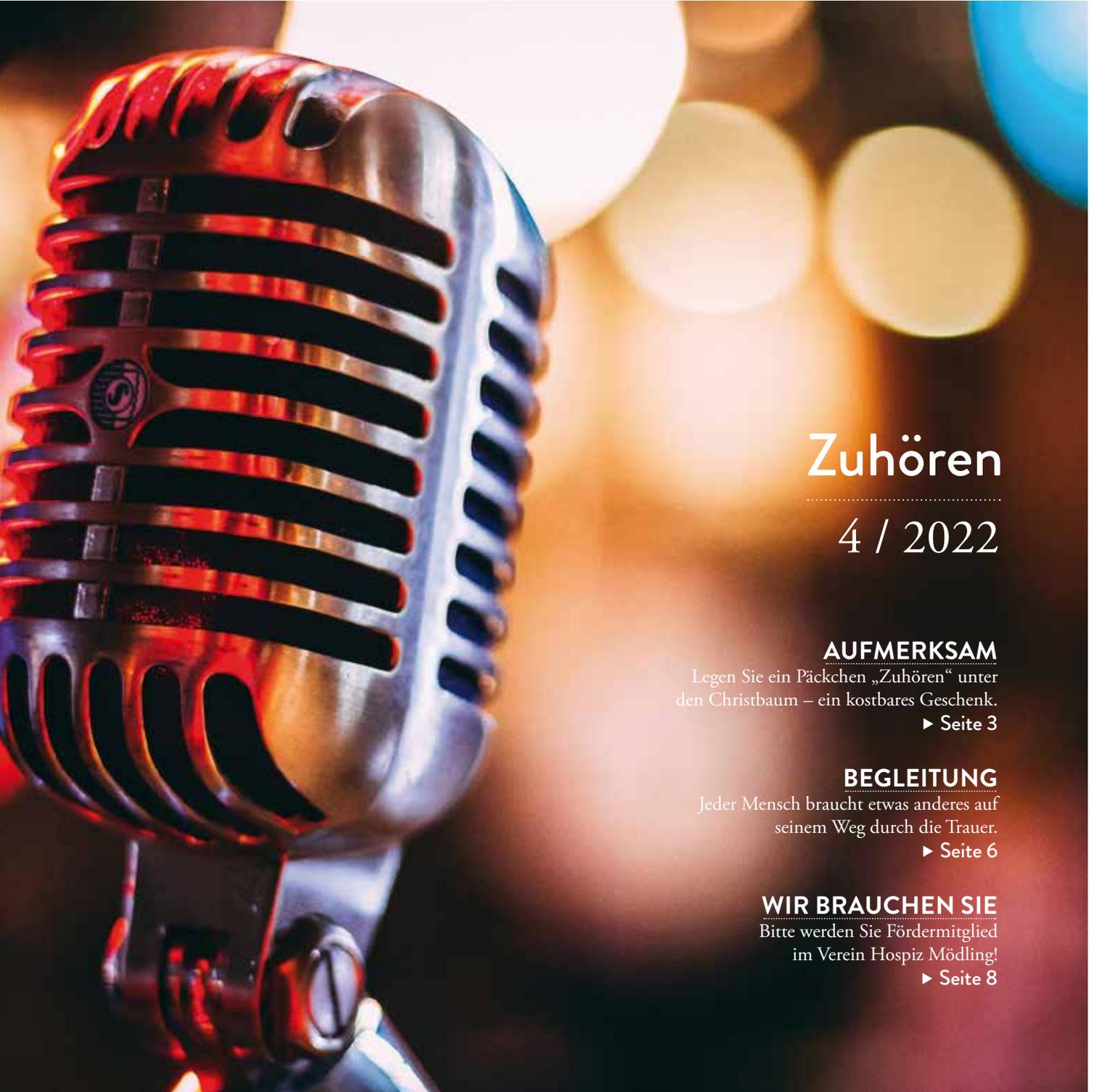


HOSPIZ AKTUELL

BEGEGNUNG UND GEMEINSCHAFT



Zuhören

4 / 2022

AUFMERKSAM

Legen Sie ein Päckchen „Zuhören“ unter den Christbaum – ein kostbares Geschenk.

► Seite 3

BEGLEITUNG

Jeder Mensch braucht etwas anderes auf seinem Weg durch die Trauer.

► Seite 6

WIR BRAUCHEN SIE

Bitte werden Sie Fördermitglied im Verein Hospiz Mödling!

► Seite 8



VEREIN HOSPIZ MÖDLING



Liebe Freundinnen und Freunde des Verein Hospiz Mödling!

Kennen Sie das Buch „Momo“ von Michael Ende? Die Heldin der Geschichte, das kleine Mädchen Momo, besitzt eine ganz besondere Fähigkeit. Sie beherrscht die Kunst des guten Zuhörens. Sie ist mit voller Aufmerksamkeit und Interesse bei ihrem Gegenüber und zeigt die Bereitschaft und Fähigkeit zuzuhören. Einmal sitzt sie vor einem Vogelkäfig und beobachtet das herumflatternde Vögelchen, das schon lange Zeit verstummt war. Plötzlich beginnt es wieder zu singen und Momo wird gefragt, was sie denn getan habe, um das Vögelchen zum Singen zu bringen. Darauf antwortet sie: „Ich glaube man muss ihm zuhören auch wenn es nicht

*Wer aufmerksam zuhört,
versteht auch alles,
was nicht gesagt wird.
(Heinz Nitschke)*

singt“. Auf ganz ähnliche Weise praktizieren unsere Palliativfachkräfte ihr tägliches, achtsames Zuhören bei ihren Patient*innen. Es ist ein Zusammenspiel aus zugewandtem Hören, Schauen und Spüren, um die Wünsche und Bedürfnisse schwer kranker Menschen zu erfassen und deren Leid zu lindern. Auch für unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen ist dieses mitfühlende und anteilnehmende Zuhören die Grundlage für eine vertrauensvolle Beziehung zu

den von uns begleiteten Menschen. Ich möchte mich bei allen Kolleg*innen für die gute Zusammenarbeit und die anhaltende Bereitschaft, unseren Patient*innen und auch einander ein offenes Ohr zu schenken, bedanken. Ihnen, liebe Leserinnen und Leser unserer Zeitung danke ich für Ihre oft langjährige Unterstützung unserer Vereinsarbeit. Ich glaube, in uns allen wohnt die Sehnsucht nach Gehört- und Verstandenwerden und nach Kontakt und Verbundenheit mit anderen Menschen. Nehmen wir die Advent- und Weihnachtszeit zum Anlass, einander mit ungeteilter Aufmerksamkeit zu beschenken. Im Namen aller Mitarbeiter*innen wünsche ich Ihnen ein gesegnetes Fest und alles Gute für ein erfülltes neues Jahr!

Veronika Ablöschner

Veronika Ablöschner

Vorsitzende

Verein Hospiz Mödling



VON DER KRAFT DES ZUHÖRENS

Von Regina Reindl

Zuhören mit Leib und Seele ist ein aktiver Schöpfungsprozess! Wir schenken dem Gegenüber volle Beachtung. Wir achten auf Tonlage, Körpersprache und Wortwahl. Wir stellen Fragen, die uns helfen, das Gegenüber wirklich zu verstehen. Wir sind wahrhaftig anwesend. Ja, intensives Zuhören ist Anstrengung, vielleicht die größte von allen! Wir bemühen uns, das Denken auszusetzen, den Geist leer werden lassen, wartend, nichts suchend, aber bereit, das Gegenüber wahrhaftig wahrzunehmen. So schaffen wir in uns einen Raum, in dem das Gegenüber willkommen ist, so, wie sich dieser Mensch gerade fühlt.

Wir leben in einem Netzwerk mit anderen und in der Gegenseitigkeit, umso bedeutender sind gegenseitige Achtsamkeit und Aufmerksamkeit. Nun sind wir Menschen aber letztlich doch oft auf uns selbst bezogen, deshalb lernt man diese Aufmerk-

samkeit am leichtesten, wenn man verkostet, wieviel Freude es macht, für etwas dankbar zu sein, das wir sonst nur als gegeben hinnehmen.

Denn alles in dieser Welt ernährt sich von Aufmerksamkeit

Was ich als gegeben hinnehme, das bemerke ich kaum. Darüber muss ich hinausgehen, um Freude zu finden – Freude an Dingen, die ich genießen kann und Freude an einem achtsamen Leben, in dem jeder Mensch auf den anderen achtet. Denn alles in dieser Welt ernährt sich von Aufmerksamkeit. Wenn ich also etwas anschau, mich ihm zuwende, genau hinhöre, gebe ich dadurch Kraft. Ich füttere das, was ich sehe. Und es gilt die Verantwortung dafür zu übernehmen, was wir mit Hilfe unserer Aufmerksamkeit groß gemacht haben.

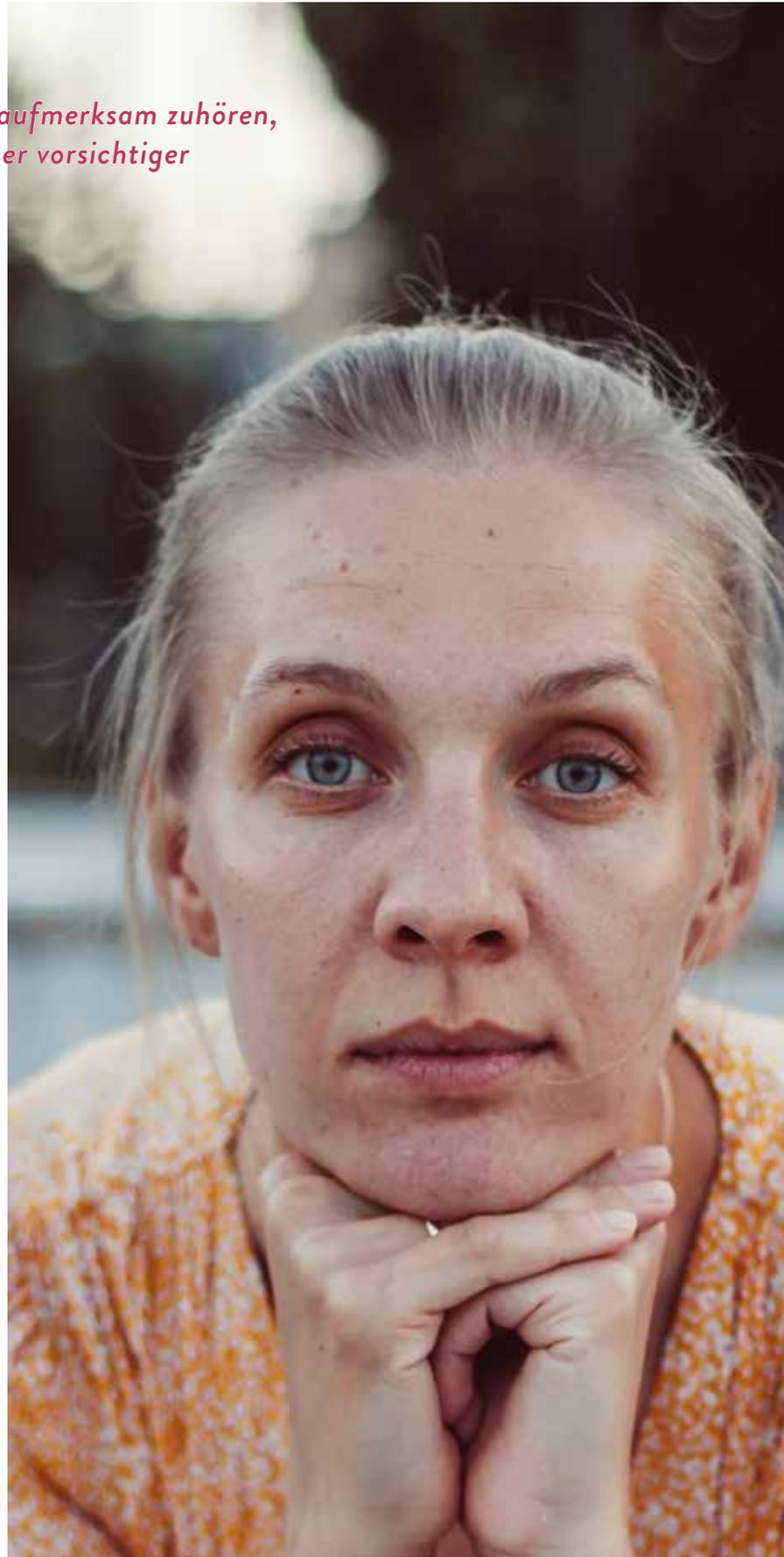
*„Ich denke, wir müssen viel und aufmerksam zuhören,
dann werden wir allmählich immer vorsichtiger
antworten und immer besser.
(Rainer Maria Rilke)*

Bald ist Weihnachten. Nachstehend als kleine Aufmerksamkeit für Sie: eine Geschichte, die zum Nachdenken anregen mag, zum Lesen oder vielleicht auch Vorlesen. Verbunden mit der Einladung: Legen Sie ein Päckchen Zuhören unter den Christbaum – das kann man nicht umtauschen!

Die Fabel vom schwarzen und vom weißen Wolf

Schweigend saß der Cherokee Großvater mit seinem Enkel am Lagerfeuer und schaute nachdenklich in die Flammen. Die Bäume um sie herum warfen schaurige Schatten, das Feuer knackte und die Flammen loderten in den Himmel. Nach einer gewissen Zeit meinte der Großvater: „Flammenlicht und Dunkelheit, wie die zwei Wölfe, die in unseren Herzen wohnen“.

Fragend schaute ihn der Enkel an. Daraufhin begann der alte Cherokee seinem Enkel eine sehr alte Stammesgeschichte von einem weißen und einem schwarzen Wolf zu erzählen: „In jedem von uns lebt ein weißer und ein schwarzer Wolf. Zwischen beiden Wölfen findet ein steter Kampf statt, denn der schwarze Wolf verkörpert das Dunkel – er steht für das Negative in uns wie Neid, Gier, Hochmut, Selbstmitleid, Schuld, Groll, Minderwertigkeit, Lüge, falscher Stolz und vieles mehr. Der andere, der weiße Wolf verkörpert das Licht – er ist Freude, Friede, Liebe, Hoffnung, Freundlichkeit, Güte, Mitgefühl, Großzügigkeit, Wahrheit und all das, was in uns hell ist.“



Ein solcher Kampf findet auch in dir und in jeder anderen Person statt, denn wir haben alle diese beiden Wölfe in uns.“ Der Enkel dachte kurz darüber nach und dann fragte er seinen Großvater: „Und welcher Wolf gewinnt?“ Der alte Cherokee antwortete: „Der, den du fütterst.“

„Nur bedenke, wenn du nur den weißen Wolf fütterst, wird der Schwarze hinter jeder Ecke lauern, auf dich warten und wenn du abgelenkt oder schwach bist, wird er auf dich zuspringen, um die Aufmerksamkeit zu bekommen, die er braucht. Je weniger Aufmerksamkeit er bekommt, umso stärker wird er den weißen Wolf bekämpfen. Aber wenn du ihn beachtest und respektierst, ist er glücklich. Damit ist auch der weiße Wolf glücklich und alle beide gewinnen. Das ist die große Herausforderung für jeden von uns ... das innere Gleichgewicht herzustellen. Denn der schwarze Wolf hat auch viele wertvolle Qualitäten – dazu gehören Beharrlichkeit, Mut, Furchtlosigkeit, Willensstärke und großes intuitives Gespür, Aspekte, die du brauchst in Zeiten, wo der weiße Wolf nicht weiter weiß, denn auch er hat seine Schwächen.

Du siehst, der weiße Wolf braucht den schwarzen Wolf an seiner Seite. Beide gehören zusammen. Fütterst du nur einen, verhungert der andere und wird unkontrollierbar. Wenn du beide fütterst und pflegst, wird es ihnen guttun und ein Teil von etwas Größerem werden, das in Harmonie wachsen kann. Frieden, mein Sohn, ist die Mission der Cherokee, ist das Leben. Ein Mensch, der den schwarzen und weißen Wolf in Frieden in sich hat, hat alles. Ein Mensch, der in einen inneren Krieg gezogen wird, hat nichts. Dein Leben wird davon bestimmt, wie aufmerksam du mit deinen polaren Kräften umgehst. Lass nicht den Einen oder Anderen verhungern, füttere sie beide und beide werden gewinnen.“

Regina Reindl war lange Hospizkordinatorin und unterstützt uns heute noch mit Texten, Ideen und einem schier unerschöpflichen Fundus an Gedichten und Zitaten.



Z eit schmilzt in die
 U marmung des Moments
 H orchend
 Ö ffnen wir
 R äume in uns und
 E rfahren so echte
 N ähe

TRAUERBEGLEITUNG

Trauer ist eine angemessene Reaktion auf einen erlittenen Verlust, der sowohl die innere wie die äußere Ordnung eines Menschen in ein Chaos verwandelt. Trauern ist eine schmerzliche und leidvolle Erfahrung, die die Betroffenen in ihrer geistigen, körperlichen, seelischen und spirituellen Ebene fordert und von jedem Menschen ganz unterschiedlich erlebt wird. Wir wollen Menschen in ihrer Trauer begleiten und unterstützen und bieten ganz individuelle Trauerbegleitung in Form von Einzel-, Familien- oder Gruppenbegleitung, einem Spaziergang oder Grabbesuch an. Durch einfühlsames Zuhören und gemeinsames Aushalten schaffen wir eine Atmosphäre der Sicherheit und Vertrautheit, die den Menschen die Möglichkeit bietet, ihren ganz persönlichen Weg durch die Trauer zu finden. Alle aufkommenden Gefühle und Fragen brauchen Zeit und Raum um ausgedrückt zu werden und allmählich keimen Trost, Hoffnung und Zuversicht für ein gutes Leben ohne den geliebten, verstorbenen Angehörigen auf. Die Liebe zu diesem Menschen darf in gewandelter Form weiterleben und gepflegt werden.

Wir stellen uns vor:



◀ Christiane Tschank

Es ist mir ein Herzensanliegen, Menschen in ihrer Trauer zu begleiten. Zuhören, Verstehen, Mitfühlen, Da-Sein. In einer Gesellschaft, in der Leistung an erster Stelle steht, ist oft kein Platz dafür. Ich bin froh, dass der Verein Hospiz Mödling diese Möglichkeit bietet und ich ein Teil davon sein darf.

▲ Sabine Valencak

Ich habe selbst erst vor ein paar Jahren einige Mitarbeiterinnen vom Verein Hospiz Mödling kennen gelernt und war sofort beeindruckt, mit wieviel Herz und Engagement sie alle dabei sind. Ich bin jetzt auch zum Team gestoßen, weil ich in der Trauergruppe anderen dabei helfen möchte, einen schweren Verlust zu verarbeiten.

▲ Veronika Ablöscher

Viele Jahre durfte ich als ehrenamtliche Mitarbeiterin unheilbar erkrankte Menschen in ihrem häuslichen Umfeld und später auch auf der Hospizstation begleiten. Als die Anfrage und Möglichkeit auf mich zukam, gemeinsam mit einem kleinen Team die Trauerarbeit unseres Vereins zu übernehmen, habe ich mit Begeisterung zugestimmt. Wir schenken den Trauernden Zeit und Aufmerksamkeit und gleichzeitig fühle ich mich als Beschenkte durch die berührenden Lebensgeschichten, die uns die Menschen in unserer Begleitung anvertrauen.



BEGLEITUNG

Das Leben fordert mich zu sehr
mein Rucksack ist zu schwer
ich bin müde
ich kann nicht mehr.

Leih mir dein Ohr
lass mich erzählen
gib mir die Hand
begleite mich ein Stück
meines Weges.

Der Berg ist so hoch
der Weg ist so steil
so steinig, so mühsam
ich kann nicht allein.

Du musst mich nicht tragen
auch nicht nehmen die Last
mir genügt, wenn du zuhörst
mit dem Herzen bei mir bist
und einfach nur du bist, dann
kann ich auch wieder sein.

Stefanie Schmatz

JUBILÄUMSENQUETE

Am 12.11.22 haben wir im Schloss Hunyadi unser 25-jähriges Bestehen gefeiert! Gemeinsam mit vielen Besucher*innen, darunter auch langjährige Wegbegleiter, haben wir auf die Meilensteine, die Entwicklung unseres Vereins und die Erfolge zurückgeschaut. An den liebevoll aufgebauten Stationen konnten sich unsere Gäste stärken oder über unsere Angebote und Projekte informieren. Auch Vertreter*innen unserer Heimatgemeinde waren

anwesend: Bürgermeister DI Johann Zeiner, Vizebürgermeisterin Michaela Haidvogel und Landtagsabgeordnete Mag. Marlene Zeidler-Beck feierten mit uns 25 Jahre Hospizarbeit – seit 2017 ausgehend vom Sitz des Vereins im Schloss Hunyadi, im Herzen von Maria Enzersdorf. Mehr Informationen und Bilder zur Jubiläumssenquete finden Sie auf unserer Homepage:

<https://www.hospiz-moedling.at/aktuelles/>



Im Rahmen der Enquete wurde unsere Jubiläumsbroschüre präsentiert. Ein schöner Blick auf unseren Verein, unsere Arbeit und unsere Angebote.



Im Anschluss an die Vorträge wurden die Mitarbeiter*innen unseres Vereins auf die Bühne gebeten. Auch unsere Ehrenamtlichen bekamen viel Applaus!

BITTE WERDEN SIE MITGLIED!

Möchten Sie die Hospizarbeit in Ihrer Region unterstützen? Wollen Sie ein Zeichen setzen für Solidarität und Gemeinschaft? Oder fühlen Sie sich vielleicht ohnehin schon länger unserem Verein verbunden?

stärken Sie die Hospizgemeinschaft und helfen uns, unseren Auftrag zu erfüllen und wichtige Anliegen zu vertreten.

Dann möchten wir Sie herzlich einladen, Fördermitglied des Verein Hospiz Mödling zu werden! Der Fördermitgliedsbeitrag 2023 beträgt 30 Euro. Darüberhinaus ist eine Fördermitgliedschaft weder mit weiteren Kosten noch mit Verpflichtungen verbunden. **Für uns ist Ihre Registrierung als Fördermitglied sehr wichtig!** Sie setzen damit ein Zeichen, dass Sie die Hospizidee und unseren Verein unterstützen. Mit Ihrer Fördermitgliedschaft



Das Formular finden Sie auf unserer Homepage. Gerne schicken wir es Ihnen auch per Post oder Email zu. Bitte füllen Sie es gut leserlich aus und senden es retour. Nach der Einzahlung Ihres Beitrags erhalten Sie von uns ein Bestätigungsschreiben, mit dem wir Sie als Fördermitglied willkommen heißen! Vielen Dank!

WIR SAGEN DANKE



Gruppenbild anlässlich der Jubiläumsenquete am 12. November 2022.

Unsere kostenlosen Hospizdienste sind nur möglich mit der Unterstützung vieler Spenderinnen und Spender. Und immer wieder werden uns auch

größere Beträge übergeben. So durften wir uns 2022 zum Beispiel über großzügige Spenden der Pfarre Sittendorf, der Nachbarschaftshilfe Südstadt, der SPÖ Frauen, des Verein Familie Perchtoldsdorf oder des Lions Club Biedermannsdorf freuen. Nach einer Benefizausstellung in Kottlingbrunn wurden uns 1000 Euro übergeben, das Benefizkonzert der Band „Konzernweit“ brachte sogar noch etwas mehr ein! Anlässlich unseres 25-jährigen Jubiläums wurden uns großzügige Spenden von Bürgermeister Dr. Andreas Linhardt (Brunn), Bürgermeister Herbert Janschka (Wiener Neudorf) und Stadträtin Roswitha Zieger (Mödling) überbracht. Für diese Zuwendungen sowie alle anderen großen und kleinen Spenden danken wir im Namen unserer Patienten und Patientinnen von ganzem Herzen!

CHRISTBAUM FÄLLEN

Die in Maria Enzersdorf
fest verwurzelte,
frische Weihnachts-Tanne
wartet auf Ihren Schnitt!

Wir sind am **10. & 17.12.2022**
von **10:00 – 16:00 Uhr** für Euch da,
nehmt auch Eure Kinder mit und
feste Schuhe, das ist klar!

Eingang über Fuß- und Radweg
entlang der Südbahn
in 2344 Maria Enzersdorf





Auch in diesem Jahr wird es wieder einen

Christbaumverkauf mit Spenden zugunsten des Verein Hospiz Mödling

geben. Die Initiative von Ing. Peter Reindl ermöglicht Ihnen, in Maria Enzersdorf Ihren Christbaum selbst und ganz frisch zu schneiden! Wir dürfen uns wieder auf eine Spende aus dem Erlös dieser Aktion freuen.

Geöffnet am
10. und 17.12.2022

10.00 bis 16.00 Uhr

Frohe Weihnachten!





STERNENKINDER. GEDENKSTÄTTE

Bitte unterstützen Sie dieses wichtige Projekt mit einer Spende!

Verwendungszweck: „Sternenkind“

Ihre Spende an den Verein Hospiz Mödling ist steuerlich absetzbar (Reg. Nr. SO 1467)

Hier können Sie direkt über QR-Code spenden:



An diesem Platz (Bild oben) entsteht eine Sternenkinder Gedenkstätte.

Wissen Sie was „Sternenkind“ bedeutet? Als Sternenkinder werden früh, das heißt vor oder bald nach der Geburt verstorbene Kinder bezeichnet. Ein Stern, der am Himmel funkelt ist ein tröstlicher Gedanke und die Sterne sind immer da – diese Bezeichnung verdeutlicht auch die tiefe Bindung der Eltern zu ihren verstorbenen Kindern. Während in den Familien die Erinnerung an Sternenkinder fest verankert ist, gibt es in unserer Gesellschaft oft keinen Platz für sie, sie bleiben unbe-

achtet und unsichtbar. Das wollen wir ändern: Als Gemeinschaftsprojekt von Verein Hospiz Mödling, der Pfarre Maria Enzersdorf Zum Hl. Geist und der Evang. Pfarrgemeinde A.B. Mödling gestalten wir am Friedhof Maria Enzersdorf eine Gedenkstätte. Wir wollen einen schönen, sichtbaren Platz schaffen, der einlädt, innezuhalten, zu trauern, sich zu erinnern und vielleicht auch Trost zu finden. **Es ist wichtig, dass Eltern von Sternenkindern wissen, dass sie nicht alleine sind.** Wir sammeln Spenden, um die bereits fertiggestellten Pläne verwirklichen zu können und sind dankbar für jeden einzelnen Beitrag!

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 2022 beträgt 25,44 Euro. 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. Leider mussten wir unsere fixen LebensRaum Termine einstellen. Wir planen, wieder regelmäßige Treffen anzubieten, aktuell gibt es jedoch keine Gruppe oder Vorträge.

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

KEIN SCHWEIGEN IST FRUCHTBARER ALS DAS ZUHÖREN.

(ELAZAR BENYOETZ)