

HOSPIZ AKTUELL

Begegnung und Gemeinschaft

Im Wandel

1 / 2019

PALLIATIVMEDIZIN

Palliativmedizin vor zehn
Jahren und heute

► Seite 5

HOSPIZ AKTUELL NEU

Über den Wandel von innen und
den Wunsch nach Veränderung

► Seite 8

HOSPIZGEMEINSCHAFT

Neues aus dem Verein und von
Menschen, die uns unterstützen

► Seite 9



VEREIN HOSPIZ MÖDLING



Liebe Freundinnen und Freunde des Verein Hospiz Mödling!

Heute halten Sie eine – in vieler Hinsicht – neue Ausgabe von Hospiz Aktuell in den Händen. Wir freuen uns, Ihnen unsere seit 20 Jahren erscheinende Vereinszeitung in einem neuen „Gewand“ präsentieren zu können! Alles ist im Wandel. Unsere Zeitung, mit der wir Menschen, die uns nahestehen oder solche, die uns kennen lernen wollen, informieren und mit unserer Arbeit vertraut machen, hat schon mehrere Verwandlungen durchlaufen. In bewährt guter Zu-

Was ist uns wichtig? Was möchten wir Ihnen gerne zur Kenntnis bringen? Worüber freuen wir uns? Wer unterstützt uns? Diese Informationen finden Sie weiterhin, nun in Farbe und auf mehr Seiten als zuvor. Viel Freude beim Lesen!

sammenarbeit mit dem Team „cremefresh“ ist es gelungen, ein Konzept zu finden, das heute ganz genau zu uns passt. Alles ist im Wandel, vom Moment seines Entstehens an. Auch unser Verein muss immer wieder auf Veränderungen reagieren. Und von Zeit zu Zeit gibt es einen Wandel von innen, den Wunsch nach etwas Neuem. Hier wie dort wird jeder Schritt sehr gut überlegt und geschieht mit großer Sorgfalt. Denn eine unserer wichtigsten Aufgaben

ist es, zu bewahren was uns wichtig ist: den Sinn und die Kernaufgabe unseres Vereins – Menschen zu betreuen und zu begleiten. Es ist eine wesentliche Aufgabe unseres Vorstands unter dem Vorsitz eines Obmanns oder einer Obfrau, Entscheidungen zu treffen, die die Zukunft und weitere Entwicklung unseres Vereins betreffen. Dr. Helmut Gattinger hat ein Jahr lang als ehrenamtlicher Obmann diesen Vorsitz innegehabt und wir danken ihm sehr für seinen Einsatz, die Zeit, die er aufgewendet und die Ideen, die er eingebracht hat. Gegenwärtig sind wir mit mehreren Personen im Gespräch, die dieses Amt vielleicht übernehmen möchten. In der nächsten Ausgabe der Hospiz Aktuell wird sich an dieser Stelle also ein neuer Obmann oder eine neue Obfrau vorstellen. Wir freuen uns darauf – Hospizarbeit ist nur möglich wo vieles zusammenwirkt!

Irene Blau

Irene Blau
Geschäftsführerin
Verein Hospiz Mödling



IM WANDEL

*Wenn wir uns wiedersehen, werde ich ein anderer Mensch sein.
Vielleicht nicht besser oder schlechter, aber anders.*

(Damaris Wieser, deutsche Lyrikerin und Schriftstellerin)

Wandel ist immer, die Welt per se ist Wandlung. Wandel ist ein permanenter Prozess, unständig, wechselnd, flüchtig, erneuernd, bewegend, verändernd, aufbrechend, neu ordnend, reformierend, auflösend, fließend, belebend, kultivierend, umbildend, korrigierend, einschneidend, neu regelnd, revolutionierend, instabil, wechselhaft ... Das Online-Wörterbuch Woxikon führt allein 361 Synonyme in 21 Gruppen an! Das lässt einiges von seiner Volatilität in alle Richtungen erahnen ...

„Gleich mit jedem Regengusse ändert sich dein holdes Tal, ach, und in demselben Flusse, schwimmst du nicht zum zweiten Mal.“ Anknüpfend an Heraklits Satz zeigt uns Goethe mit seinem Gedicht *Dauer im Wechsel* deutlich: Wer im Einklang mit der Natur, im Einklang mit sich leben möchte, für den gilt, das Prinzip der Welt im Wandel, das Gesetz der stetigen Veränderung und Erneuerung zu akzeptieren. Eine Herausforderung – viele Menschen

fürchten Veränderungen. Das An-seinen-Prinzipien-Festhalten, das Unwandelbar-zu-seinen-Überzeugungen-Stehen, das Wie-ein-Fels-in-der-Brandung-Stehen hat für viele immer noch Gültigkeit. Der Wunsch, dass alles bleibt wie es ist, ist groß.

Das Leben ist biegsam und geschmeidig

Mit Vertrautem kennen wir uns aus. Neues birgt Bedrohungspotenzial, weil wir nicht einschätzen können, welche möglichen Unannehmlichkeiten damit verbunden sind. Gleichzeitig widerspricht dies jedoch dem Prinzip des Lebens, denn lebendige Systeme sind auf permanente Erneuerung angewiesen. Nicht das Beharren, sondern die Fähigkeit zum Wandel ist der Garant des Überlebens. Was sich nicht mehr verändern kann, ist am Ende seiner Entwicklung angelangt. So wie ein dürrer Ast nicht mehr geschmeidig genug ist, um sich im Wind zu biegen.

*Was bleiben will, muss sich ändern. Wie das Meer, das bleibt in Ebbe und Flut. Der Baum im Wechsel der Jahreszeiten. Die schwingende Brücke. Ein Klang ... Das Leben. Einatmen und Ausatmen. Das, woraus ich Kraft schöpfe. Meine Wurzeln. Meine Wege. Liebe, die ihre Gezeiten hat wie das Meer. Freundschaft. Glück. Eine Aufgabe. Ein Erfolg ...
Was bleiben will, muss sich ändern
(Inge Müller, deutsche Schriftstellerin)*

Auch wenn manch einer von uns kein Freund von Veränderungen ist, so kommt doch keiner darum herum. In unserem Leben wird sich immer irgendetwas ändern. Das können wir nicht verhindern. Wir werden älter, wir entwickeln uns weiter, wir lernen dazu, wir erleben Neues. Die Menschen um uns herum verändern sich – manche gehen, neue Menschen kommen in unser Leben. Umwelt, Moden, Trends, Technik ... alles unterliegt dem Wandel. Veränderung ist ein Element des Lebens. Nur aus der Fähigkeit zum Wandel entstehen neue Lösungen. Ohne Veränderung gibt es keine Bewegung, keine Evolution. Ohne das Naturgesetz der permanenten Neukombination vorhandener Naturbausteine wären auch wir Menschen nicht entstanden.

Veränderungen sind zunächst weder gut noch schlecht, sie passieren einfach. Entscheidend ist, wie wir mit jeder individuellen Situation umgehen. Schlussendlich hängt alles von unserer Betrachtungsweise ab. Wir können unter der Veränderung leiden und sie beweinen, wir können aber auch überlegen, welche Möglichkeiten die neue Situation bietet. Mit einer Veränderung zu hadern ist eine nur allzu bekannte menschliche Reaktion, die jedoch langfristig nicht wirklich hilfreich ist.



Viele Menschen haben das Gefühl, dass sie nur noch auf das reagieren können, was um sie geschieht. Sie fühlen sich ausgeliefert. Tatsächlich warten wir mit vielen notwendigen Entscheidungen oft so lange, bis irgendetwas auf uns zukommt. Wir werden also erst aktiv, wenn es nicht mehr anders geht. Dann haben wir den Eindruck, dass wir überhaupt keine Wahl hatten ...

Wenn uns der Wandel scheinbar aus heiterem Himmel trifft, sind wir an einem Punkt, an dem wir nur mehr reagieren können. Unsere Handlungsmöglichkeiten sind beschränkt und es geht oft nur noch darum, den Schaden so gut wie möglich zu begrenzen. Im Vorfeld hätte es vielleicht Möglichkeiten gegeben, die Situation aktiv mitzugestalten. Oft sind wir jedoch zu ängstlich, zu unachtsam oder auch zu bequem die kleinen und auch großen Signale zu erkennen, die eine Veränderung ankündigen.

Wandel aktiv mitgestalten

Ganz anders fühlen wir uns, wenn wir das, was um uns herum passiert, bewusst wahrnehmen. Wenn wir dann beginnen, Veränderungen selbst bewusst anzustoßen, reagieren wir nicht, sondern entscheiden wir. Natürlich können auch selbstgewählte Veränderungen Unsicherheit, vielleicht auch Angst auslösen. Doch hier spielen wir eine aktive, eine mitgestaltende Rolle. Dafür brauchen wir Mut und Kraft und um durchzuhalten ein gutes Maß an Disziplin und Eigenmotivation. Es geht darum, sich von vielleicht lieb gewonnenen Gewohnheiten zu verabschieden. Man entdeckt keine neuen Erdteile ohne den Mut, alte Küsten aus den Augen zu verlieren! Was für ein Auto der Kraftstoff ist, kann für eine Veränderung das persönliche Engagement und der Wunsch und der Wille nach Erneuerung bzw. Neuorientierung sein.

► Seite 6



PALLIATIVMEDIZIN HEUTE

Von Dr. Christiane Maresch-Zencica, Ärztliche Leitung im mobilen Palliativteam Mödling

„Wo arbeitest du? Im Hospiz? Macht ihr da Sterbehilfe?“ So oder so ähnlich lauteten die Fragen, die man mir vor 10 Jahren stellte, als ich als Palliativärztin beim Verein Hospiz Mödling begann. Mühsam musste ich erklären, dass wir versuchen, den Menschen ein Sterben zuhause zu ermöglichen, wenn alle kurativen Möglichkeiten ausgeschöpft sind. Und wir leisten keine aktive Sterbehilfe – nicht nur, weil es in Österreich tatsächlich verboten ist, sondern weil wir den Menschen am Ende des Lebens die Schmerzen und andere belastende Symptome erleichtern, wenn nicht nehmen können! Aus der Kollegenschaft kamen Zweifel an unserer Seriosität – viele Ärzte behielten sich starke Schmerzmittel für die allerletzten Momente des Lebens vor und es bedurfte großer Überzeugungskraft, diese schon vorher zur Symptombekämpfung einzusetzen... Heute sind die AllgemeinmedizinerInnen durchwegs mit der Palliativmedizin vertraut. Es gibt einen regen Austausch und sehr oft sind es die Ärzte und Ärztinnen, die uns ins Boot holen. Die Palliativmedizin hat den Randbereich der Medizin verlassen, wird in allen Ausbildungen gelehrt. Sie ist ebenso ein Teil der helfenden Berufe geworden wie das Sterben ein Teil des Lebens ist.

Man weiß nie, was daraus wird, wenn die Dinge verändert werden. Aber weiß man denn, was daraus wird, wenn sie nicht verändert werden? (Elias Canetti)

Veränderungen initiieren heißt auch ausgetretene Pfade zu verlassen und neue Wege zu beschreiten. Diese müssen wir uns allerdings erst selbst bahnen. Dementsprechend langsam kommen wir möglicherweise voran und es braucht Zeit, sich in diesem neuen Land zurecht zu finden, ja sich damit zu befreunden. Nicht alles gelingt auf Anhieb, doch Versuch und Irrtum bringen uns weiter. Fehler helfen uns auf dem Weg eine geeignetere Strategie zu entwerfen. Wir übernehmen Verhaltensweisen, die sich als erfolgreich erwiesen haben in unser Handlungsrepertoire, das sich so kontinuierlich erweitert. Nicht auf alles gibt es eine eindeutige Antwort. Viele Dinge widersprechen sich schlichtweg.

Neue Wege beschreiten

Wir bewegen uns ja auf unbekanntem Terrain, können wenig voraussehen und müssen vieles einfach ausprobieren. Da ist viel Unklarheit, die es auszuhalten gilt. Es ist also wichtig, auch einmal die Kontrolle abzugeben, da wir niemals alle Details einer Veränderung beeinflussen können. Üben wir uns darin loszulassen, was nicht in unserem Einflussbereich ist. Manches geschieht einfach, wie es will und nicht wie wir wollen. Für die Gelassenheit, Dinge geschehen lassen zu können, brauchen wir eine Portion innere Zuversicht und auch Geduld. Bleiben wir beweglich wie der Wandel selbst. Flexibilität ermöglicht einen konstruktiven Umgang mit der Veränderung!

Von Regina Reindl, ehemalige Hospizkoordinatorin im Verein Hospiz Mödling





LESEN SIE GERNE?

Veränderungen über einen Deutschen oder Ein fremdes Gefühl (Irene Dische, Verlag dtv)

Man nennt ihn auch den Deutschen, den Walzer von Diabelli, über den Beethoven seine 33 Variationen komponierte. Irene Dische hat ihren großen Roman „Ein fremdes Gefühl“ nach dieser Komposition und ihren Stimmungen geschrieben und nun vollkommen überarbeitet. „Veränderungen über einen Deutschen“ ist die Geschichte eines Mannes, der nicht weiß, was Liebe eigentlich ist. Sein Naturell und seine Begabungen brachten ihn dazu, sich ausschließlich den Geisteswissenschaften zu verschreiben. 33 Veränderungen lassen ihn, beinahe gegen seinen Willen, all die normalen menschlichen Empfindungen erfahren, bevor er schließlich so etwas wie die fast vollkommene Liebe findet. Die Geschichte spielt vor dem Hintergrund der großen Veränderungen in Deutschland nach dem Fall der Mauer.

VOM ZAUBER DER FARBEN UND FORMEN

Warum wir seit vielen Jahren mit Cathrine Stukhard, Andrés Gonzalez und Gabi Weiss zusammenarbeiten? Weil sie zuhören. Und erst wenn sie verstanden haben, beginnt der Zauber der Bilder und Worte, der Farben und Formen.

Wie weiß man, wann der richtige Zeitpunkt für Veränderungen gekommen ist? Vielleicht wenn zu einer ersten Idee immer weitere kommen und sich irgendwann die Gewissheit einstellt, dass daraus etwas Gutes werden könnte. Dann braucht es noch professionelle Umsetzung – und den richtigen Partner, wenn man den eigenen Fachbereich verlässt.

In grafischen Belangen ist seit vielen Jahren das Team „cremefresh“ unsere verlässliche Anlaufstelle, wenn wir „etwas Größeres“ planen. So ist zum Beispiel, als das stationäre Hospiz in Mödling eröffnet wurde, die Broschüre „DASEIN“ entstanden – mit Requisiten und „Models“ aus dem Verein, aus unserem Freundes- und Bekanntenkreis. Vor zwei Jahren gab es wieder einen wichtigen Anlass: Für unser 20-jähriges Vereinsjubiläum sollte eine Festschrift angefertigt werden. Und wieder gelang ein Kunststück: Die Interviews und Bilder von haupt- und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, von PatientInnen und ihren Angehörigen zeigen auf wunderbare Weise, was uns in 20 Jahren geleitet hat und heute noch wichtig ist.

Für das Jahr 2019 hatten wir ein neues Anliegen: Unsere Zeitung „Hospiz Aktuell“ sollte neu gestaltet und unser Logo achtsam überarbeitet werden. Unser Verein, unsere Geschichte, die Menschen, die wir betreuen, unsere Haltung und unsere Werte, alles was uns wichtig ist, durfte und musste in unsere gemeinsamen Überlegungen einfließen. Langsam begannen unsere Vorstellungen Gestalt anzunehmen. Unser Vereinslogo, das seit so vielen Jahren für unsere Arbeit steht: es sollte „nicht anders, aber neu“ werden. Kein einfacher Auftrag! Zuhören und Verstehen – das zeichnet das Team von cremefresh unter anderem aus. Bis klar ist, was



Cathrine Stukhard (Fotografie) und Andrés Gonzalez (Grafik). Hier nicht im Bild ist Gabi Weiss.



Unser neues Vereinslogo (Grafik Andrés Gonzalez)

wichtig ist, was neu sein darf und was bleiben muss. Und wieder sehen wir schon bei der Präsentation der ersten Entwürfe: wir sind gehört und verstanden worden! Unser Logo zeigt einen Farbverlauf vom Orange der Vitalität und Lebensfreude bis zum Violett der geistigen Kraft und Spiritualität. Unsere Zeitung strahlt in Farbe und Bilder unterstützen unsere Botschaft. Wir wollten sichtbar ein Hospiz bleiben, in allen Facetten, die es in unserer Arbeit gibt. Das ist gelungen! Es ist freudiger Neubeginn – und trotzdem sind das wir: der Verein Hospiz Mödling.



„Wie bei der Winkler Unternehmensgruppe steht auch beim Hospiz Mödling der Mensch im Mittelpunkt. Deshalb haben wir uns für den Verein Hospiz Mödling entschieden.“

UNTERSTÜTZUNG

Wir freuen uns über den Besuch von Maximilian Veyhl, Betriebsleiter der Firma Winkler Austria GmbH (re.)

Winkler Austria GmbH, mit 42 Standorten und mehr als 1.600 Mitarbeitern führender Großhändler für Nutzfahrzeuge in Europa, unterstützte 2018 unsere Arbeit mit einer großzügigen Spende von 5.000 Euro! Maximilian Veyhl: „Als mittelständisches Unternehmen, das trotzdem familiär geblieben ist, sind uns feste Werte besonders wichtig. Sie dienen als Richtschnur für unser Handeln und als Ausgangspunkt für die weitere Unternehmensentwicklung. Wie bei der Winkler Unternehmensgruppe steht auch beim Hospiz Mödling der Mensch im Mittelpunkt. Deshalb haben wir uns für den Verein Hospiz Mödling entschieden.“



EHRUNG

Überreichung der Ehrenmedaillen in Gold der Marktgemeinde Maria Enzersdorf. Im Bild: Vizebürgermeisterin Michaela Haidvogel, Bürgermeister Johann Zeiner, Dipl. Ing. Josef Ruffer, Vizebürgermeister Andreas Stöhr

Unserem langjährigen ehrenamtlichen Mitarbeiter Dipl. Ing. Josef Ruffer und seiner Gattin Christa wurde am 29.11.2018 die Ehrenmedaille in Gold der Marktgemeinde Maria Enzersdorf verliehen. Frau Christine Zinnecker, die Obfrau der Nachbarschaftshilfe, hatte beide Auszeichnungen beantragt. Christa Ruffer erhielt die Auszeichnung in Würdigung ihrer langjährigen Tätigkeit als Vorstandsmitglied der Nachbarschaftshilfe und Dipl. Ing. Josef Ruffer für seine langjährige Tätigkeit als Diakon der Pfarre und seinen Krankenbesuchsdienst für unser Hospiz. Wir freuen uns sehr für „unseren Ehrenamtlichen“ Josef, der dazu sagt: „Die Ehrungen sind schön. Trotzdem waren unsere Tätigkeiten nicht „ehrenamtlich“, sondern bleiben „freiwillig“ und auf Menschen ausgerichtet, nicht auf Ehre.“ Wir gratulieren herzlich!



ABSCHIED

Nach fast zehn Jahren Mitarbeit in unserem Hospizteam verabschiedet Hedi Müksch sich von der ehrenamtlichen Arbeit. Wir danken Dir von Herzen für Deinen langjährigen Einsatz, liebe Hedi!

ANGEBOT LEBENSRAUM

LebensRaum pausiert bis August 2019. Ab September finden wieder monatliche Termine statt, über die wir rechtzeitig informieren.

Selbstverständlich stehen wir für Information und Beratung zur Verfügung. Bitte wenden Sie sich mit Ihren Fragen und Anliegen an unser Hospizbüro!

Bereits seit 2013 bietet unser Verein mit „LebensRaum“ Unterstützung für pflegende Angehörige an. Nach fünf Jahren ist auch für LebensRaum ein guter Zeitpunkt, Neues anzudenken! Mit aller gebotenen Sorgfalt – immerhin blicken wir zurück auf mehr als 50 Treffen, die in liebevoll gestaltetem Rahmen ganz den Anliegen, Sorgen und Nöten von pflegenden Angehörigen gewidmet waren.

Mehr als 40 ReferentInnen informierten über die unterschiedlichsten Themen rund um Pflege und Betreuung. Mehr als 350 BesucherInnen durften wir in unseren Räumen begrüßen. Was in diesen fünf Jahren entstanden ist, ist ein

guter Boden für Erneuerung. Doch zuerst braucht es ein Innehalten, ein Sortieren und Hinspüren was gebraucht wird.

LebensRaum geht also bis August in eine Pause, ab September 2019 finden wieder monatliche Termine statt, über die wir rechtzeitig informieren. Manches wird sich ändern, die Grundidee bleibt: das tiefempfundene Anliegen, Menschen, die einen Angehörigen pflegen, betreuen oder begleiten, mit all unserem Wissen und unserer Erfahrung zu unterstützen!

***Wege entstehen dadurch,
dass man sie geht.
(Franz Kafka)***

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)

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

DANK UND BITTE

Unsere Leistungen der Hospiz- und Palliativbetreuung sind kostenlos. Wir danken sehr herzlich unseren unterstützenden Mitgliedern und SpenderInnen 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

LEBENSRAUM

Hilfe für pflegende Angehörige

Wir möchten Betroffenen durch Information, Beratung und Vernetzung Hilfestellung zur Bewältigung ihres Alltags geben. Bitte kontaktieren Sie gerne unser Hospizbüro unter 02236/864 101

Termine:

Regelmäßige LebensRaum Treffen finden wieder ab September 2019 statt und werden rechtzeitig in dieser Zeitung und auf unserer Homepage angekündigt!

TRAUERRAUM

Hilfe für trauernde Angehörige

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 möglich.

Termine:

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

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

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:
Helga Krumböck (Vorsitzende)

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



**Wir selbst müssen die
Veränderung sein, die wir
in der Welt sehen wollen.**

MAHATMA GANDHI