

HOSPIZ AKTUELL

BEGEGNUNG UND GEMEINSCHAFT

Getröstet

4 / 2024

ZWISCHEN DEN TRÄNEN

Einen Hauch von Zuversicht schenken –
Trost aus der Sicht einer Trauerrednerin.

► Seite 3

HALT FINDEN

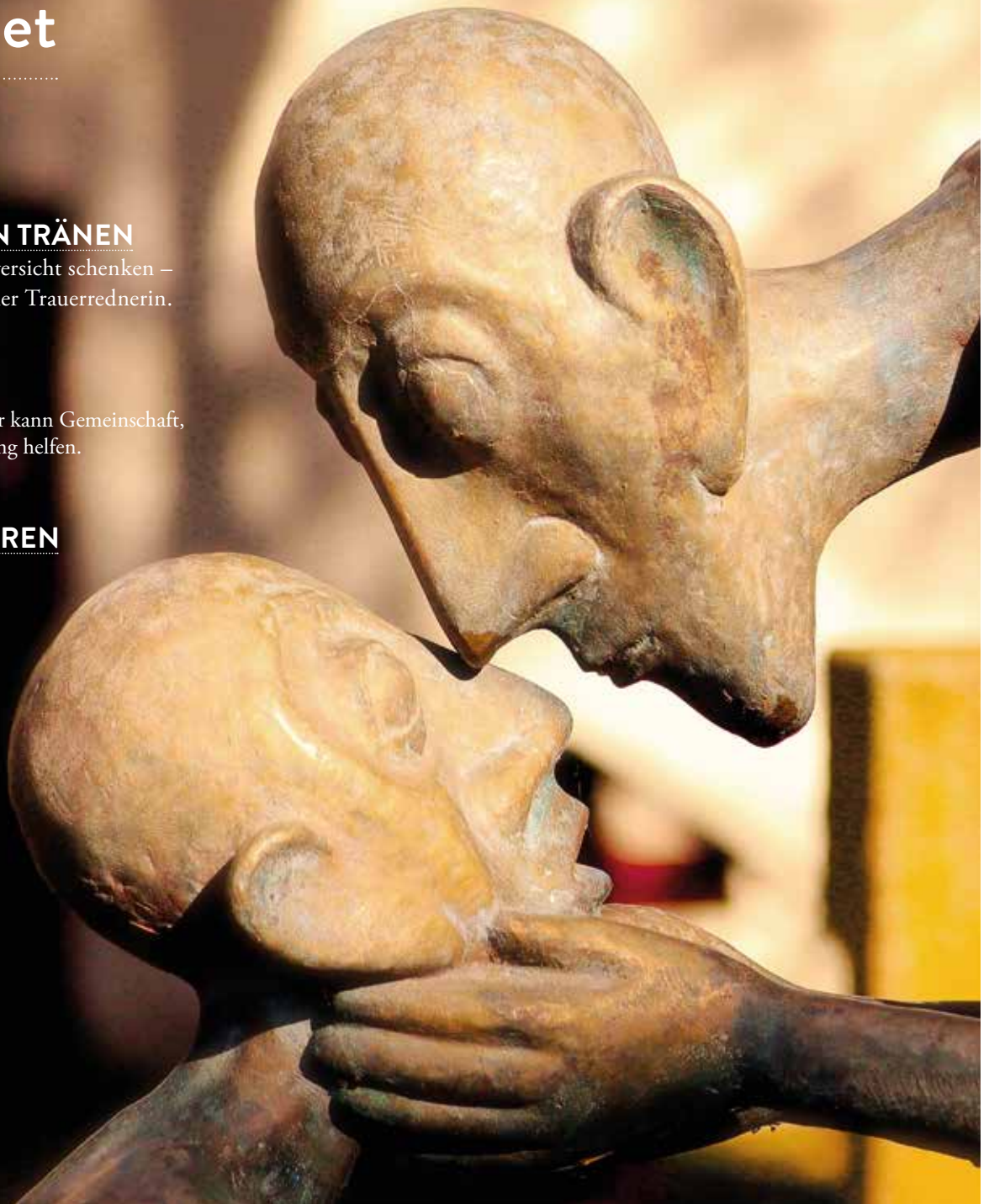
Auf dem Weg der Trauer kann Gemeinschaft,
Austausch und Begleitung helfen.

► Seite 6

WÜRDE ERFAHREN

Ärztlicher Beistand am
Lebensende.

► Seite 8



VEREIN HOSPIZ MÖDLING



Liebe Freundinnen und Freunde des Verein Hospiz Mödling!

Geht es Ihnen manchmal wie mir? In meiner ganzen Lebensgeschichte gibt es immer wieder Situationen, in denen ich mich tröstbedürftig fühle. Leid und der damit verbundene Kummer lassen sich nicht abschaffen. Ich hoffe, Sie alle haben Ihre persönlichen Strategien im Umgang mit den großen Belastungen des Lebens gefunden und Ihre Trostquellen entdeckt. Ein Spaziergang in der Natur, Tagebuch schreiben, ein Haustier, gutes Essen und vieles mehr können uns trösten. Ich bin

*„Endlich bleibt nicht ewig aus
Endlich wird der Trost
Endlich grüßt der Hoffungsstrauß
Endlich hört man auf zu weinen.“
(Christian Günther)*

überzeugt, dass der heilsamste und wichtigste Trost für leidende, schmerzgefüllte und trauernde Menschen ein aufrichtig tröstender Mensch ist. So einfach es klingen mag, so schwer ist es. Wenn wir für jemanden da sind, der sich gerade bedürftig, schwach und hilflos angesichts tiefer Leiderfahrungen zeigt, gilt es, dessen Schmerz anzuerkennen und zu teilen. Entscheidend sind nicht Worte, sondern unsere Anwesenheit, das gemeinsame Aushalten

und füreinander Dasein. Ich bin sicher, dass alle unsere haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen die hohe Kunst des Tröstens neben vielen anderen Kompetenzen zu ihrer Passion gemacht haben. Für Euer unermüdliches Dabeibleiben und sorgendes Begleiten schwerkranker Menschen, betroffener Familien und Trauernder möchte ich Euch jetzt zum Jahresende von Herzen danken. Bei Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, bedanke ich mich für Ihr Interesse an unserer Arbeit und Ihre wertschätzenden und wohlwollenden Rückmeldungen. Es ist tröstlich für uns zu wissen, dass wir uns auf Ihre finanziellen Unterstützungen in Form von Fördermitgliedsbeiträgen und Spenden verlassen dürfen. So wünsche ich Ihnen im Namen unseres geschätzten Teams ein schönes und friedliches Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr. Für dieses hoffe ich, dass Sie immer Menschen haben, die die Freude der guten Tage mit Ihnen teilen und die, wenn Sie Trost brauchen, mitfühlend und geduldig an Ihrer Seite bleiben.

Veronika Ablöschner

Veronika Ablöschner

*Vorsitzende
Verein Hospiz Mödling*



MIT MITFÜHLENDEM HERZEN

Halt finden im Gespräch, im Erzählen: Troost aus der Sicht einer Trauerrednerin

Meiner Erfahrung als Trauerrednerin nach können die meisten Menschen in einer würdevollen und dem Verstorbenen, sowie ihrem eigenen Empfinden angemessenen, Grabrede Trost finden. Weitaus wichtiger als die Verabschiedungsworte am Friedhof allerdings, erscheint mir das Gespräch mit den Angehörigen davor. Das Gespräch, in dem sie selbst zu Wort kommen, in dem sie vom Leben und den letzten Wochen und Tagen sowie ihrer ureigensten Erfahrung mit dem Sterbeprozess des nahestehenden Familienmitglieds sprechen, in dem sie ihren Gefühlen, ihren Ängsten und ihrer Trauer Ausdruck verleihen, in dem ihnen zugehört wird, mit verständnisvollem Ohr und mit mitfühlendem Herzen.

Wenn ich mich in meiner Funktion als Trauerrednerin und Gestalterin der Verabschiedung eines oder einer Verstorbenen mit den Hinterbliebenen treffe, sind die Erfahrungen des Sterbens, des Todes und der Trauer noch sehr frisch.

Spätestens beim Herzeigen der Familienfotos ist das Eis gebrochen und die Worte sprudeln.

Die Verhaltensweisen der Trauernden unterscheiden sich bei der ersten Kontaktaufnahme stark voneinander, wenn wir aber für die Vorbereitung der Begräbnisfeier beisammensitzen, ähneln sich die Situationen: Die hinterbliebenen Angehörigen beginnen zu reden.

„Trost heißt nicht, dass alles gut wird. Trost heißt, am Schmerzfluss Ufer bauen, Liegeplätze, an denen man den Kahn anbinden, aussteigen und sich ausruhen kann.“

(Gabriele von Arnim in „Trost der Schönheit“)

Spätestens beim Herzeigen alter Familienfotos ist das Eis gebrochen und die Worte sprudeln: Erzählt wird von schönen und traurigen Ereignissen, von lichten und frohen Momenten, von Eigenheiten und Vorlieben, von Aussprüchen und Lieblingsplätzen, von Musik oder einem Lieblingsbuch. Ich merke, dass vieles von dem, was gesagt wird, spontan im Gespräch entsteht.

Im Laufe des Treffens frage ich immer auch nach dem Tod, nach der Art des Sterbens und vor allem danach, wie meine Gesprächspartner die letzten Tage und Stunden selbst empfunden haben, ob sie am Ende anwesend waren oder nicht, wie es ihnen selbst geht, und merke, dass sich manchmal lang geschlossen gehaltene Schleusen auftun und durch das Erzählen des Erlebten Spannungen abfallen, Trauer zugelassen werden darf – Gefühle, die aus unserer Lebenswelt zu oft verbannt werden oder werden müssen.

In solchen Momenten merke ich, dass sich eine stillschweigende Übereinkunft über uns legt.

Immer wieder, sofern es in der jeweiligen Situation passend erscheint, signalisiere ich, dass ich die Fassungslosigkeit im Angesicht des Todes nachvollziehen kann, dass ich selbst schon mehrmals an dem Totenbett mir nahe- und nächststehender Menschen gestanden bin. In solchen Momenten spüre ich, dass sich in meinen Gegenübern noch einmal etwas ändert, sich eine stillschweigende Übereinkunft über uns legt, fast so etwas wie eine Komplizenschaft uns verbindet. Vor einiger Zeit gab ich einer erwachsenen Tochter, die innerhalb kurzer Zeit beide Eltern verloren hatte, zu verstehen, dass auch ich seit

nicht allzu langer Zeit eine elternlose Tochter wäre und das Gefühl des Verlorenseins, von dem sie gesprochen hatte, kennen würde. Ihren Blick nach meinen knappen Worten werde ich nie vergessen! Er wurde sanft, weich, wie wenn ich sie gestreichelt hätte. Zwischen ihren Tränen schimmerte eine Hoffnung hindurch und vielleicht ein Hauch von Zuversicht, dass es trotz der tiefen Wunde ein gutes Weiterleben für uns Zurückgebliebene geben könnte.

Gesehen werden ist wie das Händereichen für jemanden, der über dem Abgrund steht.

Dieser für mich so oft sichtbare Hoffnungsschimmer im Blick der Hinterbliebenen, den sie auch immer wieder in Worten ausdrücken, entspricht genau dem, was ich in meiner eigenen Trauer erlebt und erfahren habe: Das Gesehenwerden in seiner Trauer, das Angenommensein trotz des Schmerzes, das Gespräch mit Personen, die ebenfalls das Sterben eines nahestehenden Menschen und Trauer erlebt haben, der Austausch, das gemeinsame Erzählen von Erinnerungen und das Artikulieren der eigenen Empfindungen ist für Menschen in der Ausnahmesituation von Sterben, Tod und Trauer wie das Händereichen für jemanden, der über dem Abgrund steht.

Karoline Pilcz

Mag. art Karoline Pilcz ist Trauerrednerin, Musikerin, Germanistin und Pädagogin. Wir danken herzlich für diesen Beitrag!

www.karolinepilcz.com





Nimm eine Kerze in die Hand
wie in den Katakomben,
das kleine Licht atmet kaum.
Und doch, wenn du lange
gegangen bist, bleibt das
Wunder nicht aus, weil das
Wunder immer geschieht,
und weil wir ohne die Gnade
nicht leben können:
Die Kerze wird hell vom
freien Atem des Tags,
du bläst sie lächelnd aus
wenn du in die Sonne trittst
und unter den blühenden
Gärten die Stadt vor dir liegt,
und in deinem Hause dir
der Tisch weiß gedeckt ist.
Und die verlierbaren Lebenden
und die unverlierbaren Toten
dir das Brot brechen und den
Wein reichen - und du ihre
Stimmen wieder hörst
ganz nahe bei deinem Herzen.

Hilde Domin

TRAUER RAUM Verein Hospiz Mödling

Trauer ist eine sehr persönliche Erfahrung und jeder Mensch geht anders damit um. Wir bieten daher auch verschiedene Möglichkeiten der Begleitung an: Zum Bereich „TrauerRaum“ im Verein Hospiz Mödling gehören eine regelmäßig stattfindende, offene Trauergruppe sowie Einzelbegleitungen. Bei Bedarf bieten wir auch Paar- oder Familiengespräche an.

Anmeldung für alle Begleitungsangebote unter 02236 / 864 101 (Hospizbüro, Montag bis Freitag 8.00 bis 14.00 Uhr).

In der Trauergruppe gehen wir ein Stück des Trauerwegs gemeinsam, sodass mit der Zeit ein sehr geschütztes und vertrauensvolles Umfeld entstehen kann. Diese Treffen finden in unserem Hospizbüro statt und werden von ausgebildeten Trauerbegleiterinnen geleitet und immer wieder auch mit Impulsen, Themen oder kleinen Ritualen gestaltet.

Die Trauergruppe findet **immer am 1. Dienstag** im Monat (außer an Feiertagen) von 18.00 bis 19.30 Uhr im **Hospizbüro**, Schloßgasse 6, 2344 Maria Enzersdorf, statt. Bitte um Anmeldung!



Veronika Ablöschner, Vorsitzende im Vereinsvorstand, hat die Angebote des TrauerRaum Verein Hospiz Mödling 2021 aufgebaut und leitet seither diesen Bereich. Gemeinsam mit Christiane Tschank gestaltet sie die monatliche Trauergruppe und koordiniert ein Team von Trauerbegleiterinnen für Einzel-, Paar- und Familienbegleitungen.

TRAUERCAFÉ in der Südstadt



Das Trauer Café wird gemeinsam mit Mitarbeiter*innen des Stationären Hospiz Mödling organisiert. Trauernde sollen und dürfen sich Zeit für ihre Trauer nehmen. Dabei kann der Austausch mit anderen betroffenen Menschen helfen. Oft genügt es schon, gehört zu werden und zu spüren, dass man nicht mit seinem Schmerz alleine ist. Denn niemand versteht Trauer besser als Menschen, die selbst trauern. Im Trauer Café bieten wir einen passenden Rahmen für das Zusammenkommen trauernder Menschen. Begleitet werden die Treffen von einem eigenen Team von Trauerbegleiterinnen, koordiniert von Brigitta Kravagna.

Das Trauer Café findet **immer am 2. Montag** im Monat (außer an Feiertagen) ab 18.00 Uhr im Südstadtzentrum statt: **Café So & So**, Südstadtzentrum 1/5, 2344 Maria Enzersdorf. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Hospizangebote wie die Trauer-
gespräche, die Trauergruppe oder
das Trauer Café sind kostenlos
und stehen allen Menschen offen.

„Lange saßen sie da und hatten es schwer. Aber sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost. Leicht war es trotzdem nicht“. (Astrid Lindgren in „Ronja Räubertochter“)



TRAUER RAUM am Friedhof MARIA ENZERSDORF



Anfang November öffnen sich jedes Jahr die Türen der Verabschiedungshalle für den „TrauerRaum Maria Enzersdorf“, ein gemeinsames Projekt von Verein Hospiz Mödling, der Pfarre Maria Enzersdorf Zum Hl. Geist und der Evangelischen Pfarrgemeinde A.B. Mödling.

In der Verabschiedungshalle am Friedhof Maria Enzersdorf laden liebevoll gestaltete Stationen die Besucherinnen und Besucher ein, innezuhalten, zur Ruhe zu kommen und kleine Trauerrituale durchzuführen. Viele Trauernde haben in den letzten Jahren diese Gelegenheit genutzt, ihre Gefühle symbolisch einer Klagemauer, einer Herzform oder einem Gefäß mit Wasser anzuvertrauen. Im schön geschmückten Raum kann man in der Stille für sich sein oder in einem Gespräch Trost finden. Die Stationen werden in ehrenamtlicher Arbeit betreut und mit einer kleinen Spende vor Ort kann das gemeinnützige Projekt unterstützt werden. Der 2023 errichtete Sternenkinderplatz ist ebenfalls Teil des „TrauerRaum Maria Enzersdorf“.

STECKBRIEF

Wir stellen uns vor!



Anfang 2022 hat Dr. Katja Bertz bei uns angerufen und gefragt: „Brauchen Sie eine Palliativärztin?“ Und tatsächlich kam der Anruf zum genau richtigen Zeitpunkt! Schon kurze Zeit später war „Dr. Katja“ ein unverzichtbarer Teil unseres mobilen Palliativteams. Mit großer

Ruhe und ebenso viel Vertrauen wendet sie sich unseren Patient*innen, den Kolleg*innen, die etwas von ihr brauchen, und allen Situationen zu, die einem in unserem Arbeitsbereich begegnen können.

Sie selbst sagt:

- ◆ Ich bin (meistens): fürs Tanzen zu haben und für ein gutes Glas Wein
- ◆ Was mir große Freude macht: Mit meinen Söhnen im Camper unterwegs sein
- ◆ Diesen Film würde ich gerne nochmal anschauen: „Adams Äpfel“
- ◆ An meiner Arbeit freut mich: die Arbeit im Team
- ◆ Das würde ich mir gerne abgewöhnen: Das Gefühl zu haben, mir etwas abgewöhnen zu müssen
- ◆ Davor fürchte ich mich: vor einer Machowelt
- ◆ Mein Lieblingsplatz auf der Welt ist: die einsame Insel – aber warm muss es sein! Und ... na ja, zwei-drei nette Menschen dürfen auch dort sein ;-)
- ◆ Meine letzten Worte werden sein: Beim nächsten Mal: weniger Arbeit und mehr Zeit für mich und meine Liebsten!

Und das fällt ihren Kolleginnen zu ihr ein:

- ◆ Dr.Katja ist meistens: fröhlich und gut gelaunt
- ◆ Darauf legt sie großen Wert: Ehrlichkeit und Geradlinigkeit
- ◆ Ärgerlich wird sie: Wenn Menschen andere für ihre Fehler verantwortlich machen
- ◆ Ganz besonders schätzen wir: ihre unglaubliche Kompetenz, sowohl fachlich als auch menschlich, und ihre sympathische Bescheidenheit

Ein offenes Ohr für Unausgesprochenes

In der Palliativmedizin begleiten wir Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Es geht darum, Schmerzen zu lindern und dadurch das Sterben erträglicher zu machen. Dazu gibt es heutzutage, Gott sei Dank, sehr hilfreiche Medikamente und ich bin froh, dass wir sie hier mitten in Europa auch ausreichend zur Verfügung haben. Oft aber bereiten nicht allein körperliche Symptome großes Leiden, sondern der Umgang mit der Situation. Durch die Diagnose ist auf einmal nichts mehr so, wie es vorher war. Alles gerät durcheinander. Nicht allein die Betroffenen selbst, sondern auch deren Angehörige und Freunde sind mit großen Unsicherheiten und Veränderungen konfrontiert und meistens überfordert und können ihren Liebsten nur bedingt helfen.

Was kann in so einer schwierigen Situation Trost und Halt vermitteln? Wichtig scheint mir, dass wir von ärztlicher Seite nicht falsche Hoffnungen wecken. Wie Untersuchungen zeigen, wünscht sich eine Mehrheit der Patient*innen von Anfang an das offene und ehrliche Gespräch auf Augenhöhe über die vorliegende Diagnose. Sie wollen wissen, woran sie sind, um genug Zeit zu haben, sich auf das einzustellen, was auf sie zukommt. Das Wichtigste für die Betroffenen ist aber oft das Wissen darum, dass sie nicht allein gelassen werden. Das wiederum bedingt unsererseits Aufmerksamkeit und Zeit. Anders als in der Akutmedizin haben wir im Palliativteam für unsere Patient*innen Zeit. Das ist mir sehr wichtig. Darin erfährt mein Gegenüber Wertschätzung. Das offene Ohr für Ausgesprochenes und Unausgesprochenes gibt dem Leben Tiefe. Und vielleicht ist es ja so, dass wir durch unsere Begleitung über die medizinische Versorgung hinaus dazu beitragen können, dass Menschen am Lebensende auf eine besondere Art Würde und stärkenden Zuspruch erfahren.

HERBST ENQUETE 16. November 2024



Unsere diesjährige Herbst Enquete am 16. November war sehr gut besucht und wir durften uns gemeinsam mit unseren Gästen über einen wunderbaren, inspirierenden Vortrag von Manuela Straub freuen! Ein Vormittag voller wertschätzender Worte, schöner Begegnungen und Gespräche. Für die großzügigen Spenden sind wir sehr dankbar. Weitere Bilder zur Herbst Enquete finden Sie auf unserer Homepage unter AKTUELLES!



Mag. Dagmar Gruber (rechts) und Irene Blau (GF Verein Hospiz Mödling).

VIELEN DANK!

Auch in diesem Jahr durften wir Frau Mag. Dagmar Gruber von der **Salvator Apotheke** (Mödling) herzlich bei uns im Büro begrüßen. Die Kund*innen der Apotheke haben wieder fleißig gespendet und auch heuer wurden die Erlöse aus den verkauften „Sackerln“ dazugelegt. Insgesamt durften wir mehr als 1.600 Euro entgegennehmen! Wir sind sehr dankbar für diese verlässliche, engagierte Unterstützung und die gelebte Gemeinschaft und Solidarität!



FÖRDERVEREIN STERNENKINDER GEDENKSTÄTTE

**Sternenkinder
Gedenkstätte am
Friedhof Maria
Enzersdorf**

*Wenn Sie den Förderverein
für die Gedenkstätte unter-
stützen möchten, finden Sie
hier weitere Informationen:*

*[https://www.sternenkinder-
maria-enzersdorf.at](https://www.sternenkinder-maria-enzersdorf.at)*

*Gerne können Sie auch
direkt Kontakt aufnehmen:*

*Sabina Mlynár (Obfrau)
+43 650 64 78 028
sabina@sternenkinder-
maria-enzersdorf.at*

Seit Oktober 2023 gibt es am Maria Enzersdorfer Friedhof den Sternenkinderplatz. Dank der Bemühungen und großzügiger Spenden vieler konnte dieses Gemeinschaftsprojekt von Verein Hospiz Mödling, Pfarre Maria Enzersdorf Zum Hl. Geist und der Evangelischen Pfarrgemeinde A.B. Mödling verwirklicht werden. Und rasch zeigte sich, dass hier etwas entstanden ist, wofür es großen Bedarf gibt. Sternenkinder betreten nie die Erde und dennoch bleiben sie immer präsent, die Trauer um das Kind stellt einen Wendepunkt im Leben dar. Der Alltag überdeckt oft die Möglichkeit der Aufarbeitung des Verlustes und manchmal fehlt auch der richtige Platz dafür. Die Sternenkinder-

gedenkstätte ist ein Ort für Dank, Trauer, Ärger, Tränen, Bitten – alles hat Raum und der Platz wird von vielen gut angenommen. Das Projekt ist also erfolgreich abgeschlossen, aber wie geht es weiter?

Damit der Platz in einem schönen Zustand erhalten bleibt und gut genutzt werden kann, wurde 2024 der „Förderverein Sternenkinder Gedenkstätte Maria Enzersdorf“ gegründet. Vorrangig geht es um die Instandhaltung der Gedenkstätte, aber es ist auch ein großes Anliegen, das Thema „Sternenkinder“ sichtbar zu machen. Es gibt schon viele Ideen für die Zukunft. Der Förderverein dankt für jede Spende, die dabei hilft!



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 (MO-FR 8.00 bis 14.00 Uhr)

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

Unser Büro ist nicht ständig besetzt. Wenn Sie uns besuchen wollen, vereinbaren Sie daher bitte einen Termin.

Weitere Informationen:
www.hospiz-moedling.at

SPENDEN UND FÖRDERMITGLIEDSCHAFT

Unsere Leistungen der Hospiz- und Palliativbetreuung sind kostenlos und in dieser Form nur mithilfe von Spenden möglich. Wir danken sehr herzlich allen Fördermitgliedern und Spender*innen für ihre Einzahlungen. Auch für Kranzspenden und sonstige Zuwendungen danken wir herzlich.

Mit einer **Fördermitgliedschaft** setzen Sie ein Zeichen, dass Sie die Hospizidee und unseren Verein unterstützen. Sie stärken die Hospizgemeinschaft und helfen uns, unseren Auftrag zu erfüllen und wichtige Anliegen zu vertreten. Der Fördermitgliedsbeitrag beträgt 30 Euro pro Jahr, ein Formular zur Registrierung finden Sie eingeklebt in der Mitte dieser Zeitung. Über unsere Homepage ist die Registrierung auch online möglich.

ANGEBOTE FÜR TRAUERENDE

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

TRAUER CAFÉ

Eine offene Gesprächsrunde im Café So & So, Südstadtzentrum 1/5, 2344 Maria Enzersdorf. Jeweils am 2. Montag im Monat ab 18.00 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos, es ist keine Anmeldung erforderlich.

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

Spenden und Fördermitgliedsbeiträge an den Verein Hospiz Mödling sind steuerlich absetzbar. (Reg. Nr. SO 1467)

UNSER SPENDENKONTO

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



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

**GEH‘, WENN DEIN HERZ
VOLL LEID UND GRAM,
DICH TIEF IM WALDE
AUSZUWEINEN,
UND OB DIE WELT DIR
ALLES NAHM,
DER WALD LÄSST
UNGETRÖSTET KEINEN.**

MARTIN HERMANN KIEHNE