

HOSPIZ ZEITUNG



- DANKBARKEIT
- LETZTE HILFE KURS
- FLOHMARKT

DANKBARKEIT



Geschätzte Leserinnen
und Leser unserer
Hospizzeitung!

Es war ein Septembertag vor vielen Jahren. Das Licht war mild und satt, die Luft noch erfüllt von sommerlicher Wärme. Ich war auf dem Weg ins Krankenhaus zu meinem Vater. Schon beim Betreten des Zimmers war spürbar: Ab hier und heute würde alles anders sein.

Nur 25 Jahre durften wir gemeinsam durchs Leben gehen. Jahre der Wärme, des Glücks, aber auch der Rebellion und des jugendlichen Übermuts meinerseits. Da lag er nun dieser weise alte Mann und machte sich auf den Weg, seine letzte Reise anzutreten. Ich spürte das schlagende Herz, als ich behutsam meine Hand auf seine Brust legte. Noch war er nicht ganz weg und noch war er nicht ganz angekommen, auf der „anderen Seite“. Sein sterbendes Herz war so voller Intensität, so voller Leben, als wollte es mir diese entfliehende Kraft übertragen. Ruhig, innig, im Einklang und aus tiefster Seele durfte ich ihm noch einmal sagen: „Papa, ich hab’ dich so lieb!“

Sein Sterben war nicht laut oder fordernd. Es war ruhig - kein Auflehnen, kein Sich-Wehren. Die Zeit blieb einfach stehen. Entschleunigt, demütig und eingehüllt in eine tiefe Zufriedenheit - ein berührender Augenblick des Neuanfangs. Meine Tränen der Trauer flossen erst beim Anblick meiner Mutter. In ihrem Blick lag so viel Schmerz und Angst vor einem Leben ohne ihre große Liebe.

Unendlich dankbar erinnere ich mich an diesen Abschied. Diese Dankbarkeit hat mein Leben geprägt und die Blickrichtung geändert. Mein Vater wurde aus unserer Mitte gerissen - aber dafür noch tiefer und inniger in unseren Herzen verankert. Diese Intensität der Gefühle lässt auch eine neue Dimension an positiv Erlebtem zu - für mich eines der größten Geschenke, die wir durch die Trauer erfahren dürfen.

Wenn ich das vergangene Pandemie-Jahr betrachte, frage ich mich, wie viele Abschiede ertragen werden mussten, ohne zu einem guten Ende zu finden? Wie vielen Kindern und Angehörigen waren diese intensiven Augenblicke verwehrt? Doch sie sind wichtig, sie lehren uns das Leben und bereiten uns auf unsere eigene Endlichkeit vor. Inmitten dieser Krise musste man sich von den geliebten Menschen fernhalten. Die alten Menschen in den Pflegeeinrichtungen vermissten ihre Familien, deren Nähe und Berührungen.

Jemanden zu berühren, ist ein Teil der menschlichen Kommunikation. Selbst Angst und Wut, aber auch Dankbarkeit, Liebe und Sympathie können anhand von Berührungen wahrgenommen werden. Ein „guter“ Abschied begleitet uns für immer und ist Teil unserer Kultur. Im Laufe der Jahrhunderte hat jeder Kulturkreis seine eigenen Abschiedsrituale entwickelt. Diese sind wichtig und vermitteln etwas, das die Zeit überdauert - einen Schatz aus dem auch unsere Kinder schöpfen werden, den sie bewahren und weitergeben können - ein liebevolles Fundament für ein sinnerfülltes Leben.

An dieser Stelle möchte ich mich von Herzen bei unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen bedanken. Sie haben versucht, neue Wege der Berührung zu gehen. Kleine Geschenke, Weihnachtskekse, Botschaften, liebevoll gestaltete Briefe, die über den Zaun gereicht oder durch Dritte übermittelt wurden - in der Hoffnung, dass die Menschen auch für diese Sprache empfänglich sind.

Im lieben Gedenken an jene Menschen, die einsam von uns gegangen sind.

Herzlichst

Andrea HOHL, Obfrau Hospizbewegung Baden

Jahresstatistik 2020 Mobiles Hospizteam

Hauptamtliche Koordinatorin: Dr. Birgitta Gmeiner
Stellvertreterin: Martina Meissner (ehrenamtlich)
Ehrenamtliche MitarbeiterInnen: 27

Geleistete ehrenamtliche Arbeit

Arbeitsstunden.....1.757 Std.
Gefahrene Kilometer.....5.937 km
Hospiz macht Schule.....66,5 Std.

Ehrenamtliche Betreuungsstunden

Betreuungen insgesamt.....117 Personen
● Patienten- und Angehörigenbetreuungen..58 Personen
● Betreuungen im Krankenhaus.....39 Personen
● Trauerbegleitung.....20 Personen

Jahresstatistik 2020 Mobiles Palliativteam

Hauptamtliche Koordinatorin: DGKS Alexandra Staiger

Patientenzahlen	2020	2019
Anzahl insgesamt:	324	292
In Betreuung:	209	200
In Betreuung verstorben:	92	66
Support:		
Patienten und Angehörige	115	92

INFORMATION FÜR UNSERE MITGLIEDER



EINLADUNG zur GENERALVERSAMMLUNG

Freitag *18. Juni 2021* 14:00 Uhr
Pfarre St. Josef - Leesdorfer Hauptstraße 74, 2500 Baden

TAGESORDNUNG

1. Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Anträge zur Tagesordnung

4. Genehmigung des Protokolls der Generalversammlung vom 25.04.2018
5. Bericht der Obfrau (2019, 2020)
6. Bericht der Koordinatorin des Mobilen Hospizteams (2019, 2020)
7. Bericht der Koordinatorin des Mobilen Palliativteams (2019, 2020)
8. Bericht des Finanzreferenten (2019, 2020)
9. Bericht und Antrag der Rechnungsprüfer (2019, 2020)

10. Anträge an die Generalversammlung
 - a./ Genehmigung des Antrags der Rechnungsprüfer
(Entlastung der Finanzreferenten und des Vorstandes 2019, 2020)
 - b./ Abstimmung Statutenänderung
 - c./ Wahl des Vorstandes
 - d./ Wahl der Rechnungsprüfer

11. Allfälliges

Die Unterlagen liegen zur Einsichtnahme ab 13:30 Uhr auf.

Mit der Bitte um Ihre geschätzte Teilnahme verbleibt
mit besten Grüßen

Andrea HOHL
Obfrau

Baden, im Mai 2021

WAS WIR VON „CORONA“ LERNEN KÖNNEN



Birgitta Gmeiner,
Koordinatorin
Hospizbewegung
Baden

Als Koordinatorin der *Hospizbewegung* beschäftige ich mich in meinem Berufsalltag intensiv mit Fragen rund um Sterben, Tod und Trauer:

- Wie begleiten wir Menschen bestmöglich am Ende ihres Lebensweges?
- Welche Möglichkeiten können wir anbieten, um Patienten und ihren Angehörigen in ihrer Sorge, in ihren abwechselnden Gefühlen von Angst, Unsicherheit, aber auch Freude und Dankbarkeit für die gemeinsame Zeit beizustehen?
- Wie unterstützen wir in der Zeit des Abschieds, sodass Ungesagtes noch zur Sprache kommen kann? Denn sowohl der Mensch, der weggehen muss, als auch die, die zurückbleiben werden, brauchen diesen guten Abschied, damit das Sterben und die Trauer danach „gut gehen“ und ihren normalen Verlauf nehmen können.
- Wie bringen wir Menschen dazu, die für ihre Situation bestmögliche palliative Betreuung anzunehmen und nicht aus Angst vor dem Wort „Hospiz“ oder „palliativ“ zurückzuschrecken, sodass sie sich viel zu spät bei uns melden und viel unnötiges Leiden davor auf sich nehmen?

Im vergangenen Jahr trat durch die Coronakrise sehr deutlich hervor, wie unsere Gesellschaft mit Sterbenden und dem Sterben allgemein umgeht. Viel zu viele Menschen mussten alleine sterben und es wurde zwar intensiv auf den Schutz vor Corona geachtet, nicht aber auf die psychische Verfassung und den Verfall von Menschen, die zu Untätigkeit und Einsamkeit verurteilt waren. Dadurch, dass wir verdrängen, dass wir irgendwann einmal sterben werden (und dass das auch recht schnell gehen kann), beschäftigen wir uns auch nicht damit, wie wir uns darauf vorbereiten können.

Die Corona-Pandemie führt uns drastisch vor Augen, dass wir verlernt haben mit unserer Sterblichkeit zu leben, sie in unser Leben zu integrieren und das Beste daraus zu machen. Wir, und allzu oft auch unser Gesundheitssystem, betrachten die Tatsache, dass wir sterben müssen, als persönliches Versagen. Wir machen uns vor, dass wir Krankheit und Tod ausrotten können.

Unsere HospizbegleiterInnen und unser professionelles *Mobiles Palliativteam* sind ein Gegenmodell zu diesem gesellschaftlichen Trend. Sie haben das Wissen und die Erfahrung, wie Menschen in dieser schwierigen Lebens-

phase bestmöglich zu begleiten sind. Sie können zuhören, Rat geben, den Schmerz und die Unsicherheit aushalten. Sie bringen aber auch Freude, Ablenkung und sehr oft auch gemeinsames Lachen in den Alltag unserer PatientInnen und deren Angehörigen.

Und sie wissen, dass das Sterben ein ganz wichtiger Teil des Lebens ist, den man genauso bestmöglich aktiv gestalten kann wie den Rest seines Lebens auch. Dann bedeutet „menschenswürdiges Sterben“ nicht mehr, dass man seinem Leben von einer professionellen Organisation zum scheinbar „richtigen“ Zeitpunkt ein Ende setzen lässt, sondern dass man sein Leben bis zu seinem natürlichen Ende bestmöglich mit Hilfe der palliativen Betreuung selbstbestimmt und vorausplanend gestaltet.

Zum Abschluss seien hier die bekannten Worte der Gründerin der Hospizbewegung, Cicely Saunders, zitiert: „Es kommt nicht darauf an, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

[Birgitta Gmeiner, Koordinatorin Hospizbewegung Baden](#)

Informationen zu unseren Hospizbegleitungen zu Hause oder in den Pflegeheimen, zur Trauerbegleitung nach dem Verlust eines lieben Menschen, sowie zu unseren Letzte Hilfe-Kursen, erhalten Sie im Hospizbüro unter 02252/22866.



Sophie Scheich,
stellvertretende Koordinatorin

Ich habe mich bereits vor einem Jahr in der Hospizzeitung vorgestellt. In der Zwischenzeit gibt es Veränderungen. Zusätzlich zu meiner selbstständigen Tätigkeit als Sozialarbeiterin im *Mobilen Palliativteam* in Baden, arbeite ich seit März 2021 als stellvertretende Koordinatorin für die *Hospizbewegung Baden*. Montags und freitags übernehme ich die Bürozeiten und unterstütze so die Koordination des Hospizteams.

Neben administrativen Aufgaben und Büroangelegenheiten stehe ich als Ansprechpartnerin für die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, betreute Personen und bei Patientenfragen zur Verfügung. Meine Kollegin Birgitta Gmeiner und ich koordinieren die Einsätze des *Mobilen Hospizteams*, vermitteln an SystempartnerInnen und entscheiden über das passende Begleitungsangebot für palliative PatientInnen, die sich eine ehrenamtliche Begleitung wünschen. Die Organisation von Angeboten für unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen und die Vernetzung mit SystempartnerInnen sind weitere Bestandteil meiner Aufgaben als stellvertretende Koordinatorin.

[Sophie Scheich](#)

INFORMATIONEN IM RAHMEN VON KURSEN FÜR LETZTE HILFE®

Wir kennen alle den Begriff *Erste Hilfe* und verstehen darunter die unmittelbare Hilfeleistung für Menschen in Not, um ihr Leben zu retten und weitere Schäden zu verhindern. Bei der *Letzten Hilfe* ist der Erhalt oder die Verbesserung der Lebensqualität wichtiger als die Lebensverlängerung.

In den letzten Jahrzehnten durften nur mehr wenige Menschen in ihrem Umfeld erleben, wie ihre Angehörigen ihre letzte Lebenszeit zu Hause verbringen und welche Bedürfnisse hier im Vordergrund stehen bzw. wie sie bestmöglich versorgt werden können.

Ein wichtiger Aspekt kommt hier der Palliativversorgung zu, die wir im Rahmen der *Hospizbewegung Baden* mit dem *Mobilen Palliativteam* leisten können.

Aus diesem Team und dem Hospizteam haben sich je 2 MitarbeiterInnen im vergangenen Herbst in einer Schulung weitergebildet und bieten jetzt Kurse für *Letzte Hilfe* an. Sie bestehen aus 4 Modulen zu ca. 45 Minuten und dauern mit Pausen, insgesamt 4 Stunden.

Sie sind für interessierte BürgerInnen OHNE professionelle medizinische oder pflegerische Kenntnisse konzipiert.

Wichtiger als umfassendes Wissen ist die Erkenntnis der Teilnehmenden nach diesem Kurs, selbst nicht mehr hilflos zu sein, wenn jemand stirbt. Sie nehmen die Erfahrung mit, offen über das Sterben und den Tod sprechen zu können – untereinander und mit uns als „Experten“.

Jeder Kurs wird von einer Hospizbegleiterin und einer Palliativkrankenschwester geleitet und kann an den verschiedensten Orten organisiert werden, z.B. in Firmen, Pfarrgemeinden, Vereinen, Volkshochschulen.

Die Anzahl der TeilnehmerInnen liegt bei ca. 15 Personen, sodass ein Eingehen auf die Anliegen der einzelnen TeilnehmerInnen möglich ist. Wir bitten um einen geringen Unkosten- bzw. Spendenbeitrag.

Derzeit bieten wir auch Online-Schulungen an, die vor allem für pflegende Familienangehörige vorteilhaft sind.

Wir würden uns freuen, Sie in einem unserer Kurse begrüßen zu dürfen.

Informationen dazu in unserem Hospizbüro unter 0650 2286622.

[Martina Meissner, ehrenamtliche Hospizbegleiterin](#)

Unsere Moderatorinnen des LETZTE HILFE® Kurses:



Martina Meissner
ehrenamtliche Hospiz-
begleiterin



Alexandra Staiger, DGKS
Kordinatorin MPT



Birgitta Gmeiner,
Kordinatorin MHT



Brigitte Freismuth, DGKS

Weitere Infos unter:
www.letztehilfeoesterreich.at



DER FLOHMARKT RUFT



Ehrenamtliche Mitarbeiterin Helga Eichwalder



Ehrenamtliche Mitarbeiterin Marianne Lamprecht

Der Flohmarkt ruft

„Der Flohmarkt ruft mit Kuchen und Didgeridoo, juhu! Brauchst du Games oder gar neue Schuh, nur zu!“

So die Anfangszeilen eines Songs der Hamburger Hip Hop Band Deichmann.*

Nun, wir alle freuen uns, wenn dieser Satz wieder Realität wird und hoffen, dass bei positiver Entwicklung die Türen zum Flohmarkt am 28. Mai 2021 wieder aufgehen.

Aber so ganz leise war das Jahr 2020 doch nicht:

Nach langen Überlegungen und zahlreichen Diskussionen haben wir uns entschieden, während der Pandemie trotz vieler Auflagen doch zwei Flohmärkte zu veranstalten, die dann am 17. Juli und 18. September stattgefunden haben.

Die Durchführung hat sowohl das Team als auch die Besucher ziemlich gefordert: Diszipliniertes Anstellen, denn die begrenzten Räumlichkeiten haben nur eine geringe Anzahl von Besuchern zugelassen, Masken tragen, Hände desinfizieren. Das Flohmarktteam hat nicht nur die Waren angeboten und Spenden entgegengenommen, sondern musste auch auf die Einhaltung der Maßnahmen achten und für gute Laune sorgen.

All das hat die sonst so liebevoll gewonnene Flohmarktatmosphäre auf beiden Seiten beeinträchtigt. Zum Glück war uns das Wetter an diesen Tagen hold und so konnten wir das beliebte „Café“ mit ein paar Tischchen im Freien anbieten.

Unsere ehrenamtliche Mitarbeiterin Silke Ambrosch hat mit ihren selbstgebackenen Köstlichkeiten die Flohmarkt-

stimmung kulinarisch und finanziell beträchtlich versüßt.

Silke hat ihr Engagement in den Wochen vor Weihnachten dann in besonderer Weise mit ihrem persönlichen Projekt „Silke bäckt“ intensiviert.**

Mit ihren nicht nur optisch verlockenden Kuchen und ihrer verführerischen Weihnachtsbäckerei hat sie € 3.215 an Spenden eingenommen. Im Alleingang hat sie quasi die entgangenen Einnahmen von drei Flohmärkten wettgemacht!

Danke, Silke für dieses ganz besondere Engagement!

Danke auch an Marianne Lambrecht und meinen Mann Erich Perschon, die sich der immer wiederkehrenden Bücherflut und dem bestehenden Buchbestand stetig annehmen.

Marianne hat gängige Einkaufsportale wie momox oder reBuy (für Bücher, CDs und DVDs), auf ihrem Mobiltelefon installiert und scannt Bücher, die einen ISBN-Code haben. Da gibt es immer wieder Überraschungen, wie begehrt manche Bücher sind. So werden Einnahmen auch in Nicht-Flohmarktzeiten erzielt.

Erich hat bei den letzten beiden Flohmärkten Büchertische mit thematischen Schwerpunkten ansprechend präsentiert, quasi „Bücheköder“ mit Erfolg ausgelegt!

Die Arbeit umfasst auch das Aussortieren von schadhafte und verschmutzten Büchern und Ladenhütern. Raumnot macht es notwendig, Bücher auch nach Oberwaltersdorf auf den Bücherflohmarkt zu bringen, was derzeit aber nicht möglich ist und deshalb kommt es zu begrenztem

DER FLOHMARKT RUFT



Spendenübergabe
„Silke Bäckt“

von links nach rechts:
Silke Ambrosch;
Birgitta Gmeiner, Koordinatorin;
Kurt Götz, Finanzreferent;
Andrea Hohl, Obfrau Hospizbewegung Baden

Marianne hat hier die Zusammenarbeit mit dem Sozialmarkt *Allesverwerter* (1100 Wien, Herzgasse 4) initiiert. Dort wird dringend benötigtes Geschirr, Küchenutensilien, Besteck, Kinderkleidung und Spielzeug mit Freude entgegengenommen. Aber auch das bedeutet Sortier- und Transportarbeit.

Keine Flohmärkte bedeutet auch, dass saisonbedingte Kleidungsstücke bei uns keine LiebhaberInnen finden. Das Wissen um die Not im Lager *Kara Tepe* auf Lesbos und die bei uns gelagerte Winterkleidung haben eine Spannung erzeugt, die dank einer privaten Initiative*** eine wunderbare Lösung fand. Am 4. Jänner ging ein Lkw-Transport mit Hilfsgütern, unter denen sich auch die wohlverpackte Winterkleidung aus unserem Lagerbestand befand, von Wien nach *Kara Tepe*.

Das Pandemiejahr 2020 hat für die beliebten Hospiz-Flohmärkte eine notgedrungene Auszeit bedeutet, aber es war keine Auszeit für Hilfsdienste und keine Auszeit für Solidarität mit Menschen in der Nähe und Ferne, die Notwendiges brauchen.

Das Flohmarktteam hofft, dass es bald wieder heißt: „Der Flohmarkt ruft!“, und sich die Pforten öffnen.

* https://www.youtube.com/watch?v=sxFOoH_uCjM

** <https://www.silke-ambrosch.com/blog>

***Fayad Mulla, der Vorsitzende der Kleinpartei *Der Wandel*, der freiwilligen Dienst im Lager *Kara Tepe* leistete, hatte den Spendenaufruf gestartet. Seine Bilder über die Zustände in den Lagern wurden im ZIB mehrmals gezeigt.

Lagerplatz. Für die Zukunft konnten wir kürzlich Kontakt mit dem *Verein Lichtblick* durch Team Josef in Wels aufnehmen. Sie würden Bücher, CDs, DVDs, Schallplatten etc. kostenlos abholen und unterstützen mit dem Verkauf Familien mit schwerkranken Kindern. Eine Option, die wir im Auge behalten werden.

Keine Flohmärkte abhalten zu können bedeutet, dass Vieles aus unserem Lager keine Abnehmer finden würde.

Für das Flohmarktteam - Maria Perschon

„SILKE BÄCKT“ Soziales Engagement geht weiter

Wir dürfen Ihnen wieder ein verlockend-süßes Angebot unterbreiten. Silke Ambrosch startet in die zweite Runde ihres sozialen Projekts „Backen für die Hospizbewegung Baden“. Bis Ende Juni, können Sie vom Punschkraperl bis zur Hochzeitstorte, Köstlichkeiten Ihrer Wahl bestellen. Einfach per Mail unter: sb.ambrosch@gmail.com oder Mobil: 0664 147 13 01. Die Spenden ersuchen wir direkt an die *Hospizbewegung Baden*, mit dem Vermerk „Silke bäckt“, zu überweisen (Bankverbindung: AT13 2020 5001 0017 9993). Um Ihre Spende steuerlich geltend zu machen, ergänzen Sie bitte den Überweisungsbeleg mit Ihrem Vornamen, Familiennamen und Geburtsdatum. Ihre Spende wird dann automatisch in der Arbeitnehmerveranlagung berücksichtigt.



NEU IM TEAM



Isabella Wischer,
ehrenamtliche
Hospizbegleiterin

Nach Absolvierung des Lehrgangs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung im *Verein Hospiz Mödling*, durfte ich gleich mit meinem Praktikum in der *Hospizbewegung Baden* beginnen. Im Oktober 2020 kam ich zum ersten Mal als ehrenamtliche Mitarbeiterin in das Pflege- und Betreuungszentrum *Jakobusheim* in Bad Vöslau. Ich freute mich auf diesen Tag! Ich weiß noch, wie aufgeregt ich war. Ich wusste nicht, was mich erwarten würde. Wie werde ich von den Bewohnerinnen und Bewohnern aufgenommen? Möchten sie überhaupt mit fremden Menschen sprechen? Haben sie Wünsche, Beschwerden, brauchen sie Unterhaltung? Oder freuen sie sich einfach nur über jemanden, der ihnen zuhört? Ich ging in die Eingangshalle und wusste sofort, dass ich hier richtig war – es fühlte sich gut an!

Die Koordinatorin der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen im *Jakobusheim*, Martina Gneist, empfing mich so freundlich, dass ich in der ersten Minute sofort alle Zweifel verlor. Bei unserem Rundgang, in dem sie mir das ganze Haus zeigte, begrüßten mich lauter freundliche BewohnerInnen. Ich ging mit einem guten Gefühl nach Hause und konnte es kaum erwarten, wiederzukommen.

Menschen in Pflegeheimen zu besuchen, ist nicht nur eine Abwechslung für sie, es ist auch eine große Bereicherung für mich. Es ist ein Geben und Nehmen. Die BewohnerInnen erzählen gerne und ich höre gerne zu. Vor allem wenn sie „von früher“ sprechen.

Egal, ob man gemeinsam lacht oder weint oder zusammen eine Sendung im Fernsehen anschaut, einfach manchmal nur da zu sein - ohne großen Worte - kann viel bedeuten.

Leider kamen einige „Lockdowns“ dazwischen. Aber das hinderte mich nicht daran weiterzumachen.

Statt lustiger Gespräche, gab es nun Briefe und Weihnachtskekse per Bote.

Dadurch war es möglich, auch in schwierigen Zeiten für die Meschen im Heim da zu sein. Das Gefühl zu vermitteln, dass sie nicht allein sind, war mir sehr wichtig.

Seit Jänner konnten Besuche wieder in Besucher-Loungen stattfinden, und der Frühling machte es möglich, mit den BewohnerInnen gemeinsame Spaziergänge zu erleben.

Denn bevor das Ende da ist – gibt es noch ein Leben.

Isabella Wischer,
ehrenamtliche Hospizbegleiterin

geduld

michael gelsdorf

wissen
das noch keine fruchte trägt
ist kein untätiges
ist kein totes wissen

irgendwann beginnt es
unaufhörlich zu fließen
tropfen für tropfen
wird dankbar freudige tat
folgt mutig und schlicht

frei
selbstgewählten aufgaben
und zielen

wird lebendig

und füllt dich
mit sinnvollem
leben

foto: gestaltung · hans-peter im november 2020

WERTSCHÄTZEND - EMPATHISCH - BEGLEITEN



Sylvia Mayer,
DGKS,
Psycho-
therapeutin
in Ausbildung

Mein Name ist Sylvia Mayer und ich bin seit 7 Jahren als Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester im *Mobilen Palliativteam Baden* tätig. Vor 5 Jahren habe ich mich dazu entschlossen, eine Ausbildung zur Psychotherapeutin zu beginnen. Nach dem Propädeutikum fiel meine Entscheidung auf den personenzentrierten Ansatz nach Carl Rogers, der zu den humanistischen Psychotherapierichtungen zählt.

Im Februar 2020 absolvierte ich meine Statusprüfung und arbeite seither als Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision in eigener Praxis in Münchendorf.

Seit Februar 2021 darf ich nun mit dieser Tätigkeit auch das *Mobile Palliativteam Baden* unterstützen.

In meiner Arbeit als Psychotherapeutin steht für mich im Vordergrund, eine Atmosphäre zu schaffen, in der sich die Person wohl und sicher fühlt und im geschützten Rahmen alles aussprechen kann, was sie belastet. Im Mittelpunkt meiner Aufmerksamkeit steht der Mensch mit seinem Gewordensein, seinen Ängsten, Sorgen und seinen Wünschen und Bedürfnissen. Ich versuche, mich einfühlsam und wertschätzend auf die Person einzulassen und sie in herausfordernden Situationen zu begleiten.

Durch meine jahrelange Tätigkeit als Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester im Palliativbereich, aber auch durch persönliche Lebensereignisse habe ich sehr viel Erfahrung sammeln dürfen um verstehen zu können, mit welchen Sorgen, Ängsten und Belastungen PatientInnen und deren Angehörige konfrontiert sind.

Es ist mir ein großes Anliegen, PatientInnen und deren Angehörige in einer Phase des Lebens zu begleiten, die von Ängsten, Verlusten, Hilflosigkeit, Wut und Trauer geprägt ist und sie durch ein wertschätzendes und empathisches Begleiten zu unterstützen.

Sylvia Mayer, DGKS, Psychotherapeutin in Ausbildung



Michael Gelsdorf, geboren 1956 in Baden, aufgewachsen und wohnhaft in Weigelsdorf, hat bei den Salesianern in Unterwaltersdorf maturiert, später hauptsächlich in einem Steinmetzbetrieb gearbeitet. Er hat erst relativ spät zu schreiben begonnen.

RIKKY - DU FÖHST MIR

- ① I geh zu dir, hiaz jedn Tog,
erzöü dir olles an dein Grob -
du föhst mir sou;
es is sou schwa, gaunz ohne di
dös Leb'm is ohne Freid fia mi -
du föhst mir sou.
I leb hiaz hoit, va Tog zu Tog
und iss nur, wenn i Hunger hob -
du föhst mir sou;
die Sunn, die scheint, die Blumen blian,
in jeder Nocht könn't i dafrian -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir,
du föhst mir sou sehr -
jo Rikky, du föhst mir,
föhst mir immer mehr.
- ② I waß net ein, i waß net aus,
wenn i hamkomm, ins laare Haus,
du föhst mir sou.
Erinnerung an jeder Stöü,
dös tuat sou weh in meiner Söh,
du föhst mir sou.
Du woarst mei Kroft, du woarst mei Leb'm,
dei gaunze Liab host du mir gebm -
du föhst mir sou;
Vierzg Joahr laung woarst du do ba mir
bin daunkboa s'gaunze Leb'm dafia -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
- ③ Du host souvü leidn miaßn,
mir hot's dabei dös Herz zerrissn -
du föhst mir sou;
geduldig host es du ertrogn,
bis zuletzt, ohne vazogn -
du föhst mir sou.
Dei Naum, graviert hiaz in an Stoa,
und i davor, sou gaunz alloa -
du föhst mir sou;
i kim mir sou valoren vor,
is nixmehr sou. wia's amoi woa -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
- ④ Koa liawa Blick, koa Lächeln mehr,
koa Bussl, koa Umoarmung mehr -
du föhst mir sou;
dei Orglspüh und dei Singen,
wird niamehr in meine Ohrn erklingen -
du föhst mir sou.
Es is' sou traurig und sou bled,
koa Auhnung, wia's hiaz weida geht -
du föhst mir sou;
der Herrgott wird mi wui lenkn,
und i wia daunkboa an di denken -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
du föhst mir sou sehr -
joh Rikky, du föhst mir,
föhst mir immer mehr.
- ⑤ Dei liabes Gsicht, die scheinan Hoar,
sou weiß, sou dicht, sou wunderboa -
du föhst mir sou;
die Händ, die Fiaß, dei guade Gstoit,
wia ma sou sogg, mei Traumfrau hoit -
du föhst mir sou.
Warum hob's i nit öüfta gsogg,
dass i sou furchtboa gern di hob -
du föhst mir sou;
vom Foto schaut mi sou liab aun,
dass i nua traurig lächln kaun -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir,
du föhst mir sou sehr -
jo Rikky, du föhst mir,
föhst mir immer mehr.
- ⑥ Am öftn Jänner neinasiebzg,
do hot's in unsern Herz'n blitzt -
du föhst mir sou;
seit domois woan mia zwoa a Poa,
woan z'saummen iwa vierzig Joahr -
du föhst mir sou.
Drei liawe Mädels host mir g'schenkt,
host niemois an di söwa denkt -
du föhst mir sou;
zum Streitn do woa nia a Grund,
bist bei mir bliebm in schwarer Stund -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
- ⑦ In Rom mit dir, dös woa a Traum,
vü gehn, vü staunen und vü schau'n -
du föhst mir sou;
nou scheina fost, dös muaß i sogn,
die Donaufahrt hot olles g'schlogn -
du föhst mir sou.
Dös woarn Geschenke von den Drei'n
wern mir immer in Erin'ung bleibm -
du föhst mir sou;
gaunz tolle Töchter san dös worn,
host du draus g'mocht, host du geborn -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
- ⑧ I hob dir souvü Sorgn g'mocht,
woarst schloflous jo sou maunche Nocht -
du föhst mir sou;
die Sauferei, dös G'schäft zuspian,
die Gödsorgn daunn, woarn oarg zum g'spian -
du föhst mir sou.
Mitnaunda homma ois daunn g'schofft,
hot uns're Liab nur stärker g'mocht -
du föhst mir sou;
der letzte Kaupf woa nit zu g'winnen,
ma kaun dem Schicksoi nit entrinnen -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
du föhst mir sou sehr -
jo Rikky, du föhst mir,
föhst mir immer mehr.
- ⑨ Du woarst der guade Geist dahoam
hob mi sou gfreit, wenn i hoamfoahn kaun
du föhst mir sou;
hiaz is' sou laa, neamd woart auf mi,
wos sui i mochn, auhne di -
du föhst mir sou.
Die Oarbeit in der Pfoarrkanzlei,
do woarst mit Leib und Söh dabei -
du föhst mir sou;
mit Herz und Hirn, mit Übersicht,
host vü mehr taun, ois nur dei Pflicht -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir,
du föhst mir sou sehr -
jo Rikky, du föhst mir,
föhst mir immer mehr.
- ⑩ Host es ouft nit leicht ghobt mit mir,
bin rechthob'risch und a stur -
du föhst mir sou;
dei Nochsicht und die herzguats Wesn,
woa der Garant fia'd guade Ehe gwesn -
du föhst mir sou.
Waun i an deine letztn Toge denk
wird's mir in meinem Herz'n eng -
du föhst mir sou;
wos du ois host ertrogn miaßn,
und i bin hüflous nebm dir gessn -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
- ⑪ Sou vüles hättat i dir zum sogn
nou mehr nou möchert i di frogn -
du föhst mir sou;
und vümois um Verzeihung bittn,
fia maunches, wosd wegn mir erlitt'n -
du föhst mir sou.
Der Weg zu dir mocht a poa Eckn,
am Boch entlaung stehn vüle Heckn -
du föhst mir sou;
am Friedhouf daunn dei Denkmoi steht,
bin i bei dir, im stüln Gebet -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir....
- ⑫ I bin sou miad, i mog nix toan,
di gaunze Freid hob i valorn -
du föhst mir sou;
die Schwermut und die Traurigkeit,
begleitn mi die meiste Zeit -
du föhst mir sou.
Dei Naum in süwa eingraviert,
a Wort dös zoart mei Herz berührt -
du föhst mir sou;
Erinnerung in Daunkboarkeit,
sou tiaf, sou groß und himmlweit -
du föhst mir sou.
Jo Rikky, du föhst mir,
du föhst mir sou sehr -
jo Rikky, du föhst mir,
föhst mir immer mehr.

Hans Merl, geb. 1954, hat seine Frau Anfang Mai 2019, nach einem Jahr im Kampf gegen eine sehr aggressive Krebsvariante, verloren. Bei seinem täglichen Gang zu ihrer Ruhestätte, ist nach und nach dieser Text entstanden, den er nach einer bekannten Melodie in seiner steirischen Mundart gereimt hat.

„Ein ganz großes und herzliches Dankeschön dem Palliativteam Baden, das mich in dieser schweren Zeit so großartig unterstützt hat!“

AUS „LETZTE LIEDER“ VON STEFAN WEILLER

STARK WIE ZWEI

Andrea. Ende 50, im Hospiz

„Hängt ein Augenlid?“, will sie wissen, weil das nach der Schmerzspritze manchmal passiert. Sie ertastet den Katheterbeutel: „Alles sitzt.“ Dann fragt sie: „Wussten sie, dass Metastasen jucken?“ Es helfe nichts: Mit dem veränderten Körper müsse man umgehen. Im Hospiz finden sie und ihre Familie nötigen Rückhalt. Wichtig ist ihr, dass die Kinder nach Hause gehen und - zumindest ansatzweise - so etwas wie Alltag leben.

Im vergangenen November hat sie in einem Laden einen Keramikengel entdeckt und „gespürt, dass er zu ihr gehört. Da wusste sie noch nichts. Alle dachten, sie habe aus Trauer um ihren verstorbenen Mann so viel Gewicht verloren. Der Engel ist mit ihr ins Hospiz gezogen.

Täglich kommt ihre Familie. Sie reden. Über alles. Als ihr Mann im Sterben lag, sei das nicht möglich gewesen. Er wollte schweigen, das war sein Weg. Sie findet Worte, spricht über ihre Gefühle und ihre Wünsche, beispielsweise nach Zigaretten, die sie, der sedierenden, schmerz lindernenden Medikamente wegen, nur unter Aufsicht rauchen soll. Nicht, dass sie noch die Hütte abfackelt. Aber nicht nur wegen der Zigaretten sind Besucher willkommen: Mit ihnen lässt sich plaudern, über Dieter Bohlen, der im Nachbarort wohne und dessen Frauen man ab und zu sehe. Einmal habe sie sich auf dem Supermarktparkplatz in ihrem Auto versteckt, damit Estefania nicht merkte, wie sie beim Beladen des Einkaufs beobachtet wurde. Estefania beim Shoppen! Wer würde da nicht gucken? Dass die Bohlen-Frauen alle irgendwie ähnlich aussähen, sei nur konsequent, man denke an seine Lieder. Das meint sie nicht abwertend. In ihrem Leben gebe es viele Lieder - und eine große Zuversicht.

An einer Ecke von Cran Canaria spielte ein Straßenmusiker „California Blue“. „Unser“ Lied, zu dem wir früher tanzten. Ich wollte im ersten Moment weglaufen, mich auf das Hotelzimmer zurückziehen und heulen. Es war der zweite Hochzeitstag nach seinem Tod. Dann aber nahm ich das Lied als Zeichen und habe mich gefreut.

Ein paar Wochen später erhielt ich die Diagnose. Mit meinen Kindern kann ich wichtige Dinge besprechen, und gemeinsam haben wir die Musik meiner Beerdigung bestimmt.

Ich will den Tod nicht, aber ich nehme ihn an. Und wenn es ein Wundermittel gäbe und ich nicht sterben müsste, dann wäre ich fröhlich und traurig zugleich - traurig vor Sehnsucht nach meinem Mann.

„California Blue“ will ich hier auf der Welt nicht mehr hören. Weil es nicht zu meinem Sterben gehört, sondern zu meinem Leben. Jetzt aber, für das, was kommt, wünsche ich mir ein Lied von Udo Lindenberg, in dem es heißt, dass wir nicht sterben, sondern nur vorausgehen.

Und bevor ich da drüben mit meinem Mann tanze, will ich



hier noch eine schöne Piña Colada. Mit nicht zu wenig Rum.

An ihrem letzten Tag halluzinierte die Frau. Sie meinte, ihren Mann an ihrem Bett zu sehen. In den wachen Phasen fragte sie verunsichert, ob sie alles richtig mache. „Sie machen das wunderbar“, beruhigte man sie. Am Abend bestellte sie eine Piña Colada, eine Stunde später ein Schwarzbier. Sie hat beides getrunken. Im Morgengrauen ist sie ruhig gestorben und alle im Hospiz glaubten daran, dass sie da drüben tanzen würde, zu „California Blue“.

LIBERTANGO

Miriam. Ende 30, im Hospiz

Mit dem Einzug ins Hospiz spürte sie eine Aufbruchstimmung, eine Geschäftigkeit, wie man sie erlebt, wenn man eine schöne neue Wohnung bezieht. Sie fand das Zimmer wunderbar, die Leute im Haus ausnahmslos sympathisch und den Ausblick aus den großen Fenstern auf das junge Grün der Platanen herrlich. Vögel hatte sie in ihrer Großstadtwohnung nie gehört, hier aber sangen sie.

Seit rund zwei Wochen ist sie hier. Wahnsinn, wer so alles zu Besuch kommt; es hat sich herumgesprochen. Die Krankheit ist gemein, aber das Leben zeigt seine schönen Seiten - ein bisschen will die Welt umarmt werden. In dieser Stimmung hat sie Lust, von der Musik ihres Lebens zu erzählen. Liber-tango, Piazzolla.

Sie war Tänzerin und stand noch vor wenigen Monaten auf der Bühne, wenngleich mit Schmerzen. Musik gab ihrem Leben Rhythmus, Dramatik und Leidenschaft. Tango tanzte sie am liebsten. Sie läßt begeistert zum Gespräch über die Musik ihres Lebens, sie freue sich.

Am Morgen des vereinbarten Termins ist die Temperatur mild, die Luft frühlingsblau. Die Bäume stehen unverändert grün. Besucher tragen gelbe Narzissen ins Hospiz.

Aber plötzlich ist etwas anders. Sie lässt ausrichten, dass sie matt sei, keine Worte finde. Sie habe sich überschätzt, und es falle in sich zusammen, was schwungvoll emporgestiegen war. Ihre Wünsche sind klar: Nicht reden. Dieser Tag kennt keine Farben, keine Blumen, keinen Vogelgesang, keinen Tango-Rhythmus. Ihre Zimmertür bleibt geschlossen. Am Abend werden ihre Kinder sie besuchen kommen, um deren Zukunft sie sich sorgt; sie sind noch klein. Vorher kein Laut. Nur ratlose Stille.

Draußen im Park zwitschern Vögel. Menschen sitzen in Cafés. Bald ist Sommer. In den geschlossenen Fenstern ihres Zimmers spiegeln sich die Bäume von gegenüber und die Federnwölckchen vom Himmel.

Durch die schweren Vorhänge ihres Zimmers sieht sie das Spiegelspiel nicht. Vielleicht wird es morgen besser sein, oder einfach nur anders.

www.stefan-weiller.de



TRAUERBEGLEITUNG

Trauergruppe in Präsenz: Montag, 24.05.21*, 21.06.21* jeweils von 16:30-18 Uhr in den Hospizräumen, Mühlgasse 74, Baden
Zusätzlich angebotene Termine erfragen Sie bitte telefonisch unter 02252/22866.

FLOHMARKT

Freitag, 28.05.21*, 16.07.21*, 17.09.21*, jeweils 12 bis 17 Uhr in den Hospizräumen, Mühlgasse 74, Baden.

Digitale Trauergruppe über Zoom-Meeting

(Smartphone oder Computer mit Kamera erforderlich):

Montag, 26.04.21*, 24.05.21*, 21.06.21* jeweils 19-20 Uhr
Der Link wird nach Anmeldung unter team@hospiz-baden.at verschickt.

Einzelbegleitung: Sie können gerne ein Einzelgespräch mit unseren Trauerberaterinnen vereinbaren. Telefonische Anmeldung unter 0650/2286622.

Unsere Trauerbegleitungsangebote sind kostenlos, über Spenden für unsere Trauerarbeit freuen wir uns sehr!

Krebs in der Familie

Bei Bedarf ist die Begleitung von trauernden Kindern durch eine ausgebildete Psychotherapeutin möglich. Telefonische Anmeldung unter 0650/86622.

*Ob Termine aufgrund der aktuellen Corona-Bestimmungen stattfinden können, entnehmen Sie bitte unserer Homepage oder kontaktieren Sie uns telefonisch unter 02252/22866.

Impressum:

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich:
Hospizbewegung Baden, 2500 Baden, Mühlgasse 74.
Texte zur Verfügung gestellt.
Fotos: Cover - Hans Merl; S.2 - Fotoatelier Christian Schörg, alle anderen zur Verfügung gestellt.
Druck: ABELE Copyshop & Handel, Baden.
Original-Layout: dinografik - Bernhard Dinhopf, Wiener Neustadt.
Umbruch, Reinlayout und Druckvorlagen: Hans Merl, Ebreichsdorf.

HOSPIZBEWEGUNG Baden

Mühlgasse 74, 2500 Baden

BÜROZEITEN

Mobiles Hospizteam (MHT)

Montag und Mittwoch
von 9:00 bis 11:00 Uhr

Telefon: 02252/22866 - 77

E-Mail: team@hospiz-baden.at

Mobiles Palliativteam (MPT)

Montag bis Donnerstag
von 8:00 bis 12:00 Uhr

Telefon: 0676/964 84 88

E-Mail: mpt.baden@a1.net

SPENDENKONTEN

Mobiles Hospizteam (MHT)

Sparkasse Baden

IBAN: AT13 2020 5001 0017 9993

Volksbank Wien-Baden

IBAN: AT76 4300 0356 3400 0000

Mobiles Palliativteam (MPT)

Raiffeisenbank Baden

IBAN: AT47 3204 5000 0103 7688

Sparkasse Baden

IBAN: AT29 2020 5010 0003 1730

www.hospiz-baden.at

Besuchen Sie unseren virtuellen Trauerraum:
www.trauerraum-baden.at

Wir danken unseren
Sponsoren:



Bankstelle Baden

Raiffeisenbank Region Baden

Lebensqualität trägt Zinsen



Copyshop & Handel
Inh. Helga Stojanovic
Palfyggasse 4, 2500 Baden
Tel. u. Fax: 02252 89 745
Mail: copyshopabele@gmail.com
www.abele-druck.at

Digitaldruck: Farbe und schwarzweiß
Kopien Farbe und schwarzweiß
Selbstbedienungskopien
Plandruck bis 1,20 m
Scannen bis 0,91 m
Visitenkarten
Plakate in Farbe und schwarzweiß
Spiralbindung
Klebebindung
Laminieren
Nuten und falten
Papier
Stempel
u. v. m.

BSA GmbH
AbdichtungsTechnik



Mag. M. Bubla & Dr. F. Bubla
Wirtschaftstreuhand KG

