

# Caritas Hospizdienst

Caritas St. Pölten Aktuell  
P.b.b.  
Erscheinungsort St. Pölten  
Verlagspostamt 3100 St. Pölten  
Nr. 2  
Juni 2014

Zeitschrift des Mobilen Hospizdienstes der Caritas der Diözese St. Pölten

## Mobile Hospizdienste der Caritas in der Diözese St. Pölten

### St. Pölten

Stadt: DSA Elisabeth Riegler  
Mobil 0676-83 844 631  
Land: Gabriele Schrittwieser  
Mobil 0676-83 844 632

### Krems

FSB/B Martina Löffler  
Mobil 0676-83 844 629

### Lilienfeld

DGKS Regina Schmejkal  
Mobil 0676-83 844 636

### Amstetten

DGKS Andrea Koch  
Mobil 0676-83 844 630  
FSB/A Viktoria Scheuch  
Mobil 0676-83 844 634

### Waidhofen/Ybbs

DSA Andrea Hürner  
Mobil 0676-83 844 633  
FSB/A Viktoria Scheuch  
Mobil 0676-83 844 634

### Leitung:

DGKS Elisabeth Haas  
M 0676-83 844 644  
Sekretariat: Christine Umgeher  
T 02742-841 682  
M 0676-83 844 635  
[hospiz@stpoelten.caritas.at](mailto:hospiz@stpoelten.caritas.at)  
[www.hospiz.caritas-stpoelten.at](http://www.hospiz.caritas-stpoelten.at)  
[www.caritas-stpoelten.at](http://www.caritas-stpoelten.at)

### Spenden-Konto:

Kennwort: Hospiz  
IBAN:  
AT28 3258 5000 0007 6000  
BIC: RLNWATWWOBG  
Raiffeisenbank Region St. Pölten



Foto: Fotolia

## Sterben zulassen Selbstbestimmung am Lebensende

### Das Lebensende im Spannungsfeld von Autonomie und Fürsorge?

Sterbehilfe – ja oder nein? Wie würden Sie diese Frage beantworten – in aller Kürze? Nein, Sterbehilfe ist Tötung und somit Mord? Ja, ich möchte nicht unnötig leiden? Ja, ich möchte niemandem zur Last fallen? Nein, ich vertraue darauf, dass mich jemand durch meine schwere, letzte Zeit begleitet? Aus all diesen möglichen Antworten ist eines ganz deutlich ersichtlich: Hinter dem Recht zu leben und dem Recht zu sterben verbergen sich auch andere Grundfragen. Neben dem äußerst persönlichen Zugang wird auch eine gesellschaftliche Haltung sichtbar: Was ist lebens-

wert? Wie definieren wir Lebensqualität? Wie möchten wir Gemeinschaft leben? Eines ist sicher: Leicht lässt sich die eingangs erwähnte Frage nicht beantworten. Es gibt vielmehr eine ganze Reihe von ethischen Prinzipien, die all diesen Überlegungen und Entscheidungen zugrunde liegen. Zum einen ist da der Schutz des Lebens. Im Zusammenhang mit Sterben und unheilbarer Krankheit beinhaltet das Recht auf Schutz allen Lebens ein paar Fragezeichen. Eine radikale Auslegung dieses Prinzips würde die volle Ausschöpfung medizinisch-technischer Möglichkeiten nach sich ziehen – unabhängig von den Lebensumständen betroffener Menschen, denen möglicherweise sinnlose

Mehr auf Seite 2 ►

## Editorial

### Liebe Leserinnen und Leser!

Diese Ausgabe der Hospizzeitung möchte Informationen liefern und Mut machen, das Thema Sterben auf breiter Ebene zu diskutieren, um sich nicht vorschnell für oder gegen Sterbehilfe zu engagieren – mit vielleicht nicht mitbedachten „Nebenwirkungen“.

Offizielle Stellungnahmen von Caritas und Ethikkommission sowie Erfahrungsberichte von einem Palliativarzt, einem Theologen und Psychotherapeuten, ehrenamtlichen MitarbeiterInnen und schwerkranken Menschen laden ein, Gedanken und Einstellung zu überdenken und eigene Meinungen zu bilden.

Infos zu den nächsten Ausbildungslehrgängen und Termine für Trauerangebote finden sie auf den Seiten 10 – 12.

### Bitte um ihre Unterstützung!

Um unseren Dienst weiterhin kostenfrei für die Betroffenen anbieten zu können, sind wir auf Spenden angewiesen. – Danke für die Beachtung des Zahlscheines bzw. der Spendenkonto-Nr. auf der Titelseite.

### Elisabeth Haas

Leiterin des Mobilen Hospizdienstes der Caritas der Diözese St. Pölten



► Sterbensverlängerung und Leidenserfahrung zugemutet wird. Dann ist da der Anspruch auf Selbstbestimmung. Diese ermöglicht uns, Wünsche und Bedürfnisse zu artikulieren bzw. Schaden abzuwenden. Im Blickwinkel der letzten Lebensphase bedeutet dies zum Einen, dass medizinische Handlungen nur mit Zustimmung des Patienten erfolgen dürfen. Zum Anderen besteht das Recht des Patienten, Hilfsangebote abzulehnen, selbst wenn die Ablehnung aus der Sicht anderer wenig nachvollziehbar oder gar unvernünftig erscheint. Oft ist gerade am Lebensende der Patientenwille, bedingt durch körperliche, geistige oder auch nur allgemeine Schwäche, schwer zu erheben. Wichtig ist hier die Notwendigkeit einer fortwährenden Kommunikation zwischen allen eingebundenen Helfern und dem Patienten. Nicht gefordert werden können Maßnahmen, die unwirksam oder unzumutbar sind, oder Maßnahmen, die mit der persönlichen Gewissenshaltung des Arztes, der ärztlichen Standesordnung oder dem geltenden Recht unvereinbar sind. Ein weiterer Punkt, den es zu bedenken gilt, ist das Solidaritäts- und Fürsorgeprinzip. Unheilbar kranke und sterbende Menschen haben besonderen Anspruch auf Zuwendung ihrer Mitmenschen und die Solidarität unserer Gesellschaft, weil sie hilfsbedürftig und verletzlich sind. Diese Menschen genießen den Schutz, der ihre Rechte als Person garantiert, ihre Fähigkeit zur Selbstbestimmung nach Möglichkeit fördert und ihnen erlaubt, unter würdevollen Umständen zu sterben. Der Auftrag zur Minderung von Leid ist ein wich-

tiges Element der Fürsorge am Lebensende. Darüber hinaus spielt in diese Überlegungen auch die Verteilungsgerechtigkeit hinein. Wenn das Leben und das Sterben nicht mehr als natürliches Ereignis, sondern als künstlich gestalteter Zeitraum verstanden wird, beeinflussen nicht nur medizinisch-technische Entscheidungen die Dauer des Lebens, sondern auch wirtschaftliche Rahmenbedingungen. Dazu gibt es aktuell ja auch Diskussionen über eine gerechte Verteilung begrenzter Ressourcen im Gesundheitswesen. Auch wenn berechnete ökonomische Überlegungen einen Einfluss auf die konkrete Behandlungssituation haben werden, orientieren sich medizinisch indizierte Behandlungsentscheidungen am Lebensende ausschließlich am Wohle des Patienten und an seinem Willen. In der Betrachtung der ethischen Grundprinzipien ist spürbar, dass es keine klare Definition gibt und geben kann, was bzw. wie in der einzelnen Situation der Arzt, der Jurist, die Regierung, die Kirche oder der Betroffene selbst zu entscheiden hat. Jeder Mensch hat seine individuelle Lebensgeschichte, seine soziale Prägung und seine eigenen Sichtweisen vom Sinn des Lebens.

Als Beispiel möchte ich ein belastendes Problem beschreiben, das mir im privaten wie auch im beruflichen Umfeld immer wieder begegnet: Die Sorge, ja die Angst, pflegebedürftig, abhängig, bettlägerig zu werden. Abgesehen von den persönlichen Erfahrungen sind wir beeinflusst von gesellschaftlichen Haltungen: Hier gibt es einerseits den Zugang „hilfsbedürftig sein gehört zum Wesen des

► Menschseins“. Aus diesem Ansatz heraus werden Gesellschaftsmodelle und Gemeinschaftsformen gesucht, wie wir einander gegenseitig bestmöglich unterstützen können, um Ängste, Not und Leid zu mindern. Andererseits gibt es den Zugang „jeder ist seines Glücks Schmied“. Hier steht die individuelle Entwicklung im Vordergrund – aus nicht lebenswerten Zuständen sind Auswege zu suchen.

Mit diesem Beispiel möchte ich aber aufzeigen, dass Entscheidungen am Lebensende geprägt sind von persönlichen und gesellschaftlichen Haltungen, die wir in jedem Einzelfall gut reflektieren müssen. Individuelle Entscheidungen können nur von Betroffenen, Angehörigen und den professionellen HelferInnen gemeinsam vor dem Hintergrund allgemeingültiger ethischer Werte getroffen werden.

**Elisabeth Haas**

700 hauptamtliche und 3.600 ehrenamtliche MitarbeiterInnen in den knapp 300 Hospiz- und Palliativeinrichtungen Österreichs sorgen dafür, dass ein möglichst selbstbestimmtes Leben bis zuletzt gelingen kann.

## Caritas-Präsident fordert Ausbau der Hospizarbeit

Michael Landau, Caritas-Präsident, hat zu verstärktem Augenmerk auf die Hospizarbeit und zu deren gemeinsamer und gesicherter Finanzierung aufgerufen. „Es darf nicht am Geld scheitern, dass Menschen am Ende ihres Lebens jene Betreuung und Begleitung erhalten, die sie brauchen“, appelliert Landau an Bund, Länder, Gemeinden und Sozialversicherungen. Anlass gab der zehnte Todestag von Kardinal Franz König am 13. März 2014.

Zu einer Kultur des Lebens gehöre auch eine Kultur des Sterbens und der Solidarität mit den Sterbenden, betont Landau. Kardinal Franz König habe sich immer wieder für den Ausbau der Hospizarbeit und der Sterbebegleitung stark gemacht. „Menschen sollen an der Hand eines anderen Menschen sterben und nicht durch die Hand eines anderen Menschen“, so sein Credo. „Ich halte das für einen bleibenden Auftrag auch für die Zukunft“, so der Caritas-Präsident.

Fast eineinhalb Millionen Menschen seien hierzulande bereits älter als 65 Jahre, knapp 80.000 Menschen würden jedes Jahr sterben, erklärte Landau.

Das Regierungsprogramm fordere eine gesicherte Verfügbarkeit von mobiler und stationärer Hospiz- und Palliativbetreuung,

auch für Kinder, erinnert Landau. Den Bekenntnissen müssten jetzt Taten folgen.

„Noch immer ist die Hospiz- und Palliativversorgung – ob Zuhause, im Spital oder im Pflegewohnhaus – für längst nicht alle Menschen erreichbar, zugänglich und leistbar.“ Für die anzustrebende „Hospiz- und Palliativkultur im ganzen Land“ sei erforderlich, dass entsprechende Angebote vollständig durch die öffentliche Hand finanziert werden.

Die Caritas ist in Österreich seit mehr als 20 Jahren in der Hospizarbeit aktiv.



**Michael Landau**  
Caritas Direktor in Wien und  
Präsident der Caritas Österreich

Menschen sollten nicht durch die Hand eines Menschen sterben sondern an der Hand eines Menschen.

**Kardinal König**

# Palliativmedizin am Lebensende

## DIE BEGRIFFE

aktive und passive, direkte und indirekte Sterbehilfe sind nicht mehr zeitgemäß, sind negativ assoziiert und werden oft fälschlich angewendet. Die Bioethikkommission empfiehlt daher, folgende Begriffe einzuführen:

### Sterbebegleitung

Unter den Begriff der Sterbebegleitung fallen Maßnahmen zur Pflege, Betreuung und Behandlung von Symptomen von Sterbenden. Dazu gehören die körperliche Pflege, das Stillen von Bedürfnissen, wie Hunger- und Durstgefühlen, das Mindern von Übelkeit, Angst und Atemnot, aber auch menschliche Zuwendung und Beistand. Für die Durchführung dieser Maßnahmen ist die Einwilligung des Patienten notwendig.

### Therapie am Lebensende

Zu Therapien am Lebensende zählen alle medizinischen Maßnahmen, einschließlich palliativmedizinischer Maßnahmen, die in der letzten Phase des Lebens mit dem Ziel erfolgen, die Lebensqualität zu verbessern, das Leben zu verlängern oder Leiden zu mildern.

### Sterben zulassen

Eine unter kurativer Therapiezielsetzung als lebensverlängernd bezeichnete medizinische Maßnahme kann unterlassen werden, wenn der Verlauf der Krankheit eine weitere Behandlung nicht sinnvoll macht und / oder der Sterbeprozess dadurch verlängert wird. Dennoch ist Begleitung und Unterstützung des Patienten immer erforderlich, sofern der Patient es wünscht.

[www.bundeskanzleramt.at/bioethik/](http://www.bundeskanzleramt.at/bioethik/)

Flüssigkeitszufuhr und Ernährung sowie Schmerzen und Atemnot sind Themen, die am nahenden Lebensende eines Menschen häufig leider sehr präsent sind. Dr. Martin Zeh, Oberarzt der Palliativstation des Landeskrankenhauses St. Pölten – Lilienfeld, hat mit mir über seine Sichtweisen aus der Erfahrung als Palliativmediziner gesprochen.

**Haas: Ist es möglich, schwerstkranke Menschen so zu behandeln, dass sie ohne Schmerzen und ohne Erstickungsangst bis zuletzt leben können?**

**Dr. Zeh:** Die Patienten kommen mit diesen Ängsten auf die Station, und aus diesem Grund haben sie oft Todessehnsucht. Die erste Behandlung ist daher das Gespräch. Wir reden mit den Patienten über diese Ängste. Sobald wir ihnen versichern können, dass die Schmerzen und die Atemnot behandelbar sind, rückt die Todessehnsucht in den Hintergrund.

**Haas: Welche medizinische Unterstützung gibt es danach?**

**Dr. Zeh:** Das Mittel der Wahl ist Morphin. Es ist ein sehr wirksames Schmerzmittel, mit der Nebenwirkung von Müdigkeit bis zum tiefen Schlaf. Diese Wirkung ist durchaus gewollt: Ein Mensch, der schläft, hat keine Schmerzen. Durch gute Information und Anleitung – etwa begleitet durch einen vorübergehenden Aufenthalt auf einer Palliativstation – ist es dem Patienten selbst möglich, über die Dosis und somit die Wirkung zu entscheiden. Diese Selbstbestimmung wahrt die Würde. Die Erfahrung, dass diese Behandlung hilft, lassen die Sterbensangst kleiner werden, und der Todeswunsch verschwindet.



Dr. Martin Zeh

**Haas: Patienten können also mitbestimmen und können Behandlungen ablehnen. Gibt es „unvernünftige“ Entscheidungen von Patienten?**

**Dr. Zeh:** Was ist vernünftig, was ist unvernünftig? Für einen Menschen am Lebensende kann es eine sehr vernünftige Entscheidung sein, nichts mehr zu essen – es erleichtert den Sterbeprozess. Nicht zu trinken kann ebenfalls eine gute Entscheidung sein, weil die Flüssigkeit oft nicht mehr richtig geschluckt werden kann und so in die Luftröhre gelangt, was die Gefahr einer Lungenentzündung mit sich bringt. Zuviel Flüssigkeit im Sterbeprozess fördert außerdem die Rasselatmung. Für die Angehörigen, die ganz nah erleben, wie eine ihnen nahestehende Person das Essen oder Trinken verweigert, ist diese Haltung natürlich schwer auszuhalten. Auch für mich und unser Team ist es immer wieder eine Herausforderung, den Willen des Patienten auszuhalten und ihn auf seinem letzten Weg zu begleiten.

**Haas: Danke für das Gespräch.**

# Eine geheimnisvolle Herausforderung

**Eines vorweg: Über das Ende des Lebens und die Wünsche sterbender Menschen sollte generell nur mit größter Achtsamkeit und Behutsamkeit gesprochen werden.**

Die Diskussion über die Gestaltung des Lebens am Ende hat sich in letzter Zeit intensiviert. Leider wird dieses Thema auch missbraucht, um politisch oder anderwertig zu punkten. Oft geben gerade jene Kommentare ab, die noch nie an einem Sterbebett gestanden sind.

Ich selber habe nach Jahren schwerster Krankheit in den letzten 38 Jahren sehr viele Menschen in verschiedenen Lebensaltern im Sterben begleitet. Sterbende Menschen brauchen neben einer hervorragenden, auf die Einmaligkeit abgestimmten Medizin und Pflege vor allem viel menschliche Zuwendung und ganzheitliche Begleitung. Es geht bei den Betroffenen neben Ängsten, Schmerzen und Vereinsamungserfahrungen auch um die Sorge um die Angehörigen (wenn z.B. eine Mutter Partner und Kinder zurücklassen muss). Zusätzlich muss, gut hinhorchend und achtsam, der Wunsch Sterbender nach persönlicher Gestaltung des eigenen Lebensendes wahrgenommen werden. Immer noch leiden zu viele Menschen zu viele Schmerzen, obwohl es heute gute Möglichkeiten der Schmerzbekämpfung gibt bzw. gäbe. Immer noch vereinsamen viele alleingelassen in der letzten Lebensphase, und immer noch wird der Wunsch, das Sterben nicht zu verlängern oft zu wenig beachtet.

Aber auch bei bester Schmerztherapie und intensiver, auch interdisziplinärer Begleitung, wird die Zahl derer größer, die (vor allem nach langem Leiden und oft vielen vorhergehenden Schicksalsschlägen) das Verlangen nach aktiver Sterbehilfe ansprechen. In den ersten 10 Jahren meiner Begleitungen hat das praktisch kaum jemand erwähnt. Das ändert sich seit etwa 10 Jahren auffallend. Nach meinen Aufzeichnungen sind es etwa 6-8%, die dieses Anliegen ansprechen und etwa 3-4 % der Sterbenden, die sich die Möglichkeit der aktiven Sterbehilfe überlegt und entschieden wünschen oder zumindest einen begleiteten

Suizid erbitten. Auf diesem Hintergrund wünsche ich mir, dass über diese Herausforderungen bei uns in Österreich sachlicher, tiefgehender, kompetenter, ehrlicher und vor allem unter Einbeziehung betroffener Menschen diskutiert wird. Ich erlebe bei „Euthanasie-Diskussionen“ oft erschütternd viel Scheinheiligkeit, Oberflächlichkeit und Unehrlichkeit. Vor allem haben wir kein Recht, von Menschenwürde zu reden, wenn wir mit jenen, die einen anderen Zugang als wir haben, nicht einmal ins Gespräch kommen wollen, weil schließlich „wir die Wahrheit gepachtet“ haben.

Als Mitarbeiter der 1. Stunde in der Hospiz- und Palliativbewegung kämpfe ich auch nicht gegen etwas, sondern ich möchte mich für etwas engagieren. Statt gegen jene zu kämpfen, die, vor allem als Betroffene, für die Möglichkeit der aktiven Sterbehilfe oder den begleiteten Suizid sind, oder darüber zu diskutieren, ob diverse Verbote in die Verfassung kommen müssen, sollten wir lieber alle Kräfte bündeln, um die Hospiz- und Palliativarbeit zu verstärken, die Schmerzbekämpfung zu intensivieren und alles tun, damit mehr Menschen gut begleitet menschenwürdig und eigenverantwortlich sterben dürfen. Natürlich stehen wir auch vor der herausfordernden Frage, wie wir in einer pluralistischen Gesellschaft mit jenen Menschen umgehen, die das Recht auf den eigenen Tod und Todeszeitpunkt als Selbstbestimmungsrecht sehen. Da sind noch viele Fragen anthropologisch, ethisch, philosophisch, theologisch und juristisch zu klären. Und auf eine Gruppe von sterbenden Menschen dürfen wir auch nicht vergessen: jene, die für sich die Selbsttötung als einzigen und legitimen Aus-Weg sehen und diesen gehen (das sind jetzt schon nicht wenige). Müssen sie wirklich unbegleitet und allein diesen Weg gehen? Und natürlich bleibt die Frage, ob ein Mensch verpflichtet werden kann, auch nach jahrelangem Leiden, das Leiden zu Ende leiden zu müssen.

Eines sollte alle verbinden und versöhnen: Mehr Achtsamkeit und mehr Respekt vor der WÜRDE, und das auf allen Seiten!

**Franz Schmatz**



**Univ.-Doz. Mag. Dr. Franz Schmatz**

Psychotherapeut, Theologe, Universitätsdozent, seit vielen Jahren in der Sterbe- und Lebensbegleitung tätig, bekannt durch umfangreiche Vortrags- und Seminartätigkeit und Autor

Bücher und Broschüren von Franz Schmatz sowie Vortragstermine und Videos von Vorträgen zum Thema „Zeit zu leben, Zeit zu sterben“ und „Darf ich Sie trösten?“ finden Sie unter: [www.effata.at](http://www.effata.at)

# Lebensbegleitung bis zuletzt ist möglich

In der letzten Ausgabe der Zeitung des Mobilien Hospizdienstes der Caritas wurde an dieser Stelle über die 91-jährige Frau F. berichtet. Sie wurde seit gut zwei Jahren von der ehrenamtlichen Mitarbeiterin des Hospizdienstes Amstetten Rita Sperr betreut. Vor kurzem ist Frau F. verstorben. Rita Sperr kannte Frau F. seit ihrer Kindheit. Zu Beginn von Rita Sperrs Begleitung war Frau F. noch sehr fit, die beiden haben sogar noch miteinander Spiele gespielt. Ab Oktober 2012 verschlechterte sich der gesundheitliche Zustand von Frau F. durch einen Schlaganfall, eine Lungenentzündung und eine Darmoperation. Frau F.s Familie hatte es sich zur Aufgabe gemacht, ihre Mutter und Oma in ihrem Wunsch zu unterstützen, sie zu pflegen und auf ihrem letzten Weg zu begleiten. Die Familie sorgte gemeinsam mit Rita Sperr dafür, dass Frau F. trotz ihrer Krankenhausaufenthalte nie lange allein sein musste. Mut, Geduld und großer Zusammenhalt in der Familie unterstützt durch Hauskrankenpflege, Hausarzt und eine ehrenamtliche Hospizbegleitung machten dies alles möglich.

Die folgende Rückmeldung der Familie nach dem Tod von Frau F. motiviert und stärkt uns in unserer Arbeit – es ist ein Beispiel, dass Leben bis zuletzt neben vielen schönen, berührenden Momenten auch herausfordernd, konfliktreich und traurig ist. Es ist ein Beispiel, dass Leben bis zuletzt aber letztlich würdevoll, selbstbestimmt, gut ist!

Dankschreiben:

**Im Namen unserer Mutter, Frau Anna F., möchten wir uns bei Ihnen für die liebevolle, aufopfernde Betreuung im letzten halben Jahr sehr herzlich bedanken. Ein besonderer Dank gilt Frau Rita Sperr, die eine ganz wichtige Bezugsperson für unsere Mutter war, sich in bewundernswerter Weise um sie gekümmert hat und ihr in den schweren letzten Wochen mit trostreichen Worten beige-standen ist.**

**Wir schätzen es sehr, dass Rita jederzeit für die Familie da war.**

**Mit herzlichem Dank  
Familie F.**

## HOSPIZFÖRDERVEREIN AMSTETTEN



Ester Steininger

**Unser 10-jähriges Vereinsjubiläum feierten wir im Jänner im Rathaus-saal in Amstetten – über 150 Gäste feierten mit uns!**

**Zu unseren Zielen und Aufgaben zählen:**

- Unterstützung bestehender und entstehender Hospiz- und Palliative-Care-Einrichtungen im Raum Amstetten.
- Arbeiten für die persönliche, familiäre und gesellschaftliche Akzeptanz, dass Sterben und Tod zum Leben gehören.
- Förderung des Hospizgedankens

- Mitverfolgen der österreichischen und weltweiten Entwicklungen im Hospizbereich und dazu gegebenenfalls Stellung nehmen.
- Auseinandersetzung mit der Spiritualität des Sterbens.

Alljährlich konnten wir die Arbeit von Hospiz- und Palliativ-Einrichtungen der Region Amstetten finanziell unterstützen (z.B. Zuschuss zu Weiterbildungen der haupt- und ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterinnen, Ankauf von Hilfsmitteln, ...). Mittels Vorträgen, Workshops, Filmvorführungen, Theater, unserer Homepage und mit unserer Broschüre haben

wir Sterben, Tod, Trauer, die letzte Lebensphase und den Hospizgedanken in den Mittelpunkt gerückt. Ein weiterer Schwerpunkt unseres Bemühens war der Einsatz für eine Palliativ-Station in Amstetten. Eine Unterschriftenaktion, Medienarbeit und viele Gespräche brachten allerdings, trotz mehrerer Versprechungen seitens des Landes, bis jetzt keine konkreten Resultate. Aktuelle Termine und Veranstaltungen finden sie auf unserer Homepage: [www.hospizfoerdereverein.at](http://www.hospizfoerdereverein.at) Mein herzlicher Dank gilt allen Mitarbeitern, Mitgliedern und Sponsoren!  
**Dr. Ester Steininger, Vorsitzende**

# Hospizpionier tritt in den Ruhestand

Waidhofen/Ybbs



Franz Steinkellner

Franz Steinkellner, langjähriger Supervisor des Teams der Ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in Waidhofen/Ybbs, hat sich Anfang April dieses Jahres in den (Un-)Ruhestand verabschiedet. Er hat den Aufbau und die Weiterentwicklung unseres Hospizteams mit großem Engagement begleitet und war uns mit Kompetenz, Charis-

ma und Ruhe in all den Jahren eine wertvolle Stütze. Supervisionen mit Franz waren für uns „Oasen-Zeiten“!

Franz Steinkellner ist seit Jahrzehnten in der Hospizbewegung verwurzelt, innerhalb der Caritas St. Pölten gilt er als ein „Urgestein“. Er war an der Entwicklung der Lehrgänge für Lebens- Sterbe- und Trauerbegleitung beteiligt und hat als Referent insgesamt 28-mal den 5-tägigen Teil „Kommunikation“ geleitet. Ein besonderes Anliegen war und ist ihm die Stärkung der Gesprächs- und Begleitungskompetenz durch ausreichend Raum für persönliches Einlassen. Auf diese Weise hat Franz Steinkellner eine Vielzahl von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des Mobilen Hospizdienstes der Diözese St. Pölten geprägt.

**Für seine weiteren Vorhaben wünschen wir ihm alles Gute – wir bleiben ihm verbunden.**

Hospiz-Lehrgang

## Lehrgänge in Seitenstetten und St. Pölten



Teilnehmerinnen und Teilnehmer des 33. Lehrganges in Seitenstetten mit Lehrgangsbegleiterin Andrea Hürner und Referent Mag. Franz Hirsch

### Ihre Kontaktstelle des Landes für Bildungsförderung:

Amt der NÖ Landesregierung  
Abteilung Allgemeine Förderung –  
Arbeitnehmerförderung  
E-Mail:  
bildungsforderung@noel.gv.at  
Tel: 02742/90 05-95 555  
3109 St. Pölten, Tor zum Landhaus  
www.noel.gv.at

### Termin Seitenstetten:

Am 12. September 2014 startet der nächste Lehrgang im Bildungszentrum St. Benedikt in Seitenstetten.

### Informationsabend:

30. Juni 2014 von 19:00 bis 20:30  
Uhr im Caritas Beratungszentrum,  
Burgfriedstraße 10, Amstetten.

### Termin St. Pölten:

Am 27. März 2015 startet ein Lehrgang im Bildungshaus St. Hippolyt in St. Pölten.

Informationsabend: 30. Jänner 2015 im Bildungshaus St. Hippolyt, Eybnerstraße 5 in St. Pölten.

### Information und Anmeldung unter

0676 83 844 635  
hospiz@stpoeelten.caritas.at

Der Mobile Hospizdienst bietet zwei Mal jährlich den Lehrgang Lebens-, Sterbe und Trauerbegleitung an. Dieser Lehrgang umfasst 160 Unterrichtseinheiten. Er beinhaltet die Kriterien des Dachverbandes Hospiz Österreich, ist ein Befähigungskurs für ehrenamtliche MitarbeiterInnen und erfüllt die Qualitätsstandards der Berufsgemeinschaft Trauerbegleitung Österreich.

Für diesen Lehrgang kann jeder NÖ ArbeitnehmerIn, wenn er die Kriterien erfüllt, um Bildungsförderung beim Land NÖ ansuchen.

### Bildungsförderung

Das Land NÖ unterstützt ArbeitnehmerInnen, die einen berufsspezifischen Weiterbildungskurs bei einem in Niederösterreich zertifizierten bzw. anerkannten Bildungsträger (Kursinstitut Bildungs-

haus St. Hippolyt, Bildungszentrum St. Benedikt) absolviert haben, durch einen finanziellen Zuschuss in der Höhe von 50% bzw. 80% der Kurskosten bis zu max. € 2.680,- innerhalb von 6 Jahren.

Die näheren Details über die Förderansuchen wie z.B. geförderter Personenkreis, Förderhöhe, etc, entnehmen Sie bitte den von der NÖ Landesregierung beschlossenen Richtlinien.

# Das Team Lilienfeld stellt sich vor

**Im Bezirk Lilienfeld begleiten seit 2003 ehrenamtliche und hauptamtliche HospizmitarbeiterInnen schwerkranke, sterbende und trauernde Menschen. Wer sind diese Personen, die einen Teil ihrer Zeit schenken, begleitend DA sind, trösten, ...?**



1

**| 1 | DGKS Regina Schmejkal, Koordinatorin**

„Ich bin gerne Koordinatorin, um individuelle Menschen in ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit zu unterstützen, die Präsenz des Hospizdienstes in der Bevölkerung zu fördern. Außerdem schätze ich eine gute Vernetzungsarbeit.“



2

**| 2 | Anna Mayerhofer**

„Ich habe mich für eine Mitarbeit im Hospizteam entschieden, weil es mir schon lange ein Bedürfnis war, Menschen in schwierigen Lebenslagen begleiten zu dürfen.“



3

**| 7 | Traude Schrittwieser**

„Ich habe mich für eine Mitarbeit im Hospizteam entschieden, weil ich meinen Mitmenschen, welche sich in einer schwierigen Lebensphase befinden, nach meinen Möglichkeiten eine seelische Unterstützung geben möchte.“



4

**| 3 | Herta Hochreiter**

„Begleiten bedeutet für mich, liebevolles Zuhören, „dasein“ hier und jetzt, für Menschen in ihrer Trauer, ihrem Schmerz.“



5

**| 4 | Josef Heiß**

„Wenn ich an eine Begleitung denke, berührt mich besonders, dass die Person, die ich besuche, sich über mein Kommen freut, dankbar ist, dass sie mir gegenüber immer Herzlichkeit und Offenheit ausstrahlt.“



6

**| 5 | Christine Schwarzberger**

„Die Arbeit im Hospizteam bringt mir persönlich wertvolle Freundschaften mit Gleichgesinnten und die Möglichkeit anderen, vor allem unseren Klienten, von meinem eigenen, zufriedenen Leben etwas abzugeben.“



7

**| 6 | Yolanda Egger**

„Begleiten bedeutet für mich, Gefühle, Sorgen, Bedürfnisse, Wünsche anzuerkennen und gemeinsam auszuarbeiten. Aber auch sich mit Problemen zu konfrontieren und eine „gute“ Lösung zu finden.“



8

**| 9 | Sonja Sommerauer**

„Die Arbeit im Hospizteam bringt mir persönlich neben neuen sozialen Kontakten vor allem eine große Bereicherung für meinen Lebensweg in jedem Bereich.“



9

**| 10 | Dragica Glavasevic**

„Wenn ich an eine Begleitung denke, hat mich besonders berührt, dass manche einfachsten Dinge im Leben so wichtig sein können, wie das von einer vertrauten Person an der Hand gehalten werden.“



10

**| 11 | Loisi Steigenberger**

„Ich mache diese Tätigkeit nun schon einige Jahre, weil ich für Menschen da sein will, ihnen Hilfe und Stütze anbieten kann, da wo sie es am Notwendigsten brauchen.“



11

**| 12 | Anna Baumgartner**

„Aus Liebe zu den Menschen versuche ich bereits mein ganzes Leben lang kranken Menschen in wohlwollender Fürsorge und Pflege zu begegnen - viele Jahre als (Haus-) Krankenschwester und jetzt als Hospizbegleiterin.“



12



# Sterbenden das Bleiben leichter machen

Es waren unglaubliche fünf Jahre und zwei Monate, die uns beiden gegönnt waren. Aus heutiger Sicht betrachtet, war es fast wie die Tatsachenschilderung in dem Buch „Dienstags bei Morrie“ von Mitch Albom.

Hier beschreibt ein Mann, wie er bei seinem ehemaligen Professor kurz vor dessen Tod – wöchentlich jeden Dienstag, vierzehn Wochen lang – eine Art Schule des Lebens erfährt. Diese anregenden Gespräche lassen nicht nur den Professor in Ruhe dem eigenen Tod entgegen gehen, sondern sie verändern auch das Leben des Schülers Mitch Albom für immer.

Warum ich mit dieser Einleitung die Beschreibung meiner Tätigkeit der Begleitung von Frau J. beginne? Weil es im eigentlichen Sinn nicht um eine Tätigkeit in dem Sinn, den wir gesunden Menschen oft darunter verstehen, geht. Wir sind es gewohnt, immer und ständig TÄTIG sein zu müssen, und der Alltag verlangt uns das ja auch ab. Nun geht es in der Begleitung schwerkranker Menschen in erster Linie um das Dasein, sich Zeit nehmen, Bleiben und Aushalten, Reden und Zuhören, aber auch mal schweigend beisammen sein.

Frau J. litt an einer Erkrankung des Nervensystems, durch die sich eine Schwäche aller Muskeln ausbreitet. Diese beginnt bei Armen und Beinen und geht bis zu den Muskeln, die zur Aufrechterhaltung von lebensnotwendigen Fähigkeiten wie schlucken und atmen benötigt werden. Die Schwäche nimmt über den Zeitraum von Jahren zu, bis am Ende die Lähmung aller Muskeln den Tod hervorruft. Im ganzen Zeitraum der Erkrankung war Frau J. bei vollem Bewusstsein.

Als ich Frau J. kennenlernte, wohnte sie aufgrund der täglich benötigten Unterstützung im Pflegeheim. Ihre Schwiegertochter erkannte, dass das Wohnen im Pflegeheim für Frau J. nicht befriedigend war, und steckte sie mit ihrer Idee, ein eigenes Zuhause zu schaffen, an. Mit großem Einsatz der Schwiegertochter konnte Frau J. in eine behindertengerechte eigene Wohnung ziehen, unterstützt durch die 24-Stundenpflege und -betreuung. Das war für sie bestimmt die wichtigste Errungenschaft, um

ihre unglaublich bittere Krankheit so lange und so geduldig ertragen zu können.

Die Kommunikation gestaltete sich schwierig, ich konnte vieles nur erahnen. Große Aufmerksamkeit lag im Wahrnehmen ihres Gesichtsausdrucks, später las ich allein durch Blick in ihre Augen den Ausdruck ihrer Zustimmung oder Ablehnung. Beim Reden musste ich darauf achten, ihr nicht meine Antworten aufzudrängen. Dennoch ist dies sicher oft geschehen – einfach deshalb, weil ich ja ihre Gedanken zu meinen Aussagen nicht kannte und nur mutmaßen konnte. Besonders berührt war ich, wenn ich an ihrem Gesichtsausdruck erkannte, dass die Anwesenheit ihrer beiden kleinen Enkelkinder sie sehr erfreute, und dass die manchmal für mich sehr eigenwilligen Späße ihres jüngeren Sohnes ihr ein Lächeln auf das Gesicht zauberten.

Schön war auch das Feedback der Pflegerinnen auf mich. Wenn sie mir die Tür öffneten, begrüßten sie mich immer, etwa mit den Worten: „Da kommt Frau J.s Engel – in den Stunden vor ihren Besuchen strahlt sie ganz besonders!“

Frau J. hat mich vieles gelehrt! Vor allem aber habe ich eines gleich zu Beginn – und immer mehr auch im fortgeschrittenen Stadium der Krankheit – erkannt: NIEMAND kann sagen, ab wann das Leben nicht mehr als lebenswert angesehen werden kann. Und schon gar nicht kann ich das für einen anderen Menschen wissen und noch weniger entscheiden.

Es ist uns, die von außen auf diese kranke Person im Krankenbett hinschauen, einfach nicht möglich zu fühlen oder auch nur zu erahnen, warum sie ihr Leben trotz allem nicht einfach aufgeben will.

Meine Aufgabe ist nicht, zu beurteilen, sondern einfach anzunehmen und auszuhalten. Dafür sind wir da und bekommen so unendlich viel zurück.

Frau J. war mir eine wahre Lehrmeisterin und ich werde immer mit viel Liebe und Dankbarkeit an unseren gemeinsamen Lebensabschnitt zurück denken. Sie war eine große Frau und ein besonderer Mensch für mich.



Mein Name ist Manuela Pechacek. Ich wohne und arbeite in St. Pölten, bin ledig und lebe in einer sehr erfüllenden Partnerschaft. 2003 besuchte ich den Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitungslehrgang und bin seither ehrenamtlich beim Hospizdienst tätig

# Die Tore zur Welt: Hospizbegleiter & PC



Es gibt Tage, an denen ich beim nach Hause fahren darüber nachdenke, wer heute wen begleitet hat. Dies sind die Momente, in denen ich spüre, wieviel ich als Hospizbegleiter zurückbekomme.

Ich begleite seit einigen Jahren eine Frau, die auf Grund ihrer Krankheit im Rollstuhl sitzt und nur mehr den Kopf bewegen kann. Ich bemerkte schnell, wie belastend es für sie war, alltägliche Handlungen wie die Kontoführung, das Bestellen eines Buches oder das Schreiben an Bekannte oder auch Behörden nicht eigenständig durchführen zu können. Für alle diese Dinge musste sie Angehörige bemühen, die dadurch über alle ihre Handlungen informiert waren. Nicht einmal Telefongespräche waren privat. Die Selbstständigkeit der Frau war stark eingeschränkt. Trotz allem dachte sie nie ans Sterben.

Dann kam etwas in ihr Leben, das ich als das „Tor zur Welt“ bezeichne: ein Computer mit Spezialprogramm. Ein Mundstück ersetzt bei diesem die Maus. Durch Ansaugen und Hineinblasen wird die Maus bedient, mit der diese Frau jetzt sogar schreiben kann. Durch ein Programm zum Gratistelefonieren kann sie ihre guten Kontakte im Ausland wieder ohne zusätzliche Kosten pflegen. Jetzt kann sie

außerdem via E-Mail kommunizieren, Fotos austauschen, E-Books lesen, Musik hören und etwas für die Bildung tun. Sogar Telebanking ist jetzt möglich. Dadurch ist ihr „Tor zur Welt“ aufgegangen.

Für die Frau ist dieser Computer ein großer Schritt zu mehr Eigenständigkeit. Es ist ihr regelrecht anzumerken, dass ihr Leben lebenswerter geworden ist.

Das Wesentliche bei der Hospizarbeit ist, dass die Würde der Menschen gewährleistet ist. Die einzelnen Personen sind sehr mit dem häuslichen Umfeld verbunden – somit ist auch das zu Hause bleiben sehr wichtig. Hospizbegleitung hilft außerdem den Angehörigen, denn diese haben wieder etwas Zeit für sich selbst. Es ist schön, einem Menschen ZEIT zu schenken.

Ich denke, das Leben dieser Frau orientiert sich nicht an dem, was verloren gegangen ist, sondern an dem, was noch vorhanden ist. Somit ist die Frage, bis wohin ein Leben noch lebenswert ist, nicht von Bedeutung.

Sie lebt nach dem Grundsatz: „Sterben müssen wir alle, eine höhere Macht bestimmt, wann ich dran bin, bis dahin nehme ich das Leben so wie es kommt.“

## Landesverband Hospiz NÖ

Enquete am 8. Oktober 2014 im  
Landtagssaal in St. Pölten

Thema: „Wer spricht für mich, wenn  
ich nicht mehr kann?“

Infos über Veranstaltungen, Betreuungskonzepte, Projekte (z.B. HoKi Hospizteam für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, HMS Hospiz macht Schule) auf der Homepage:

[www.hospiz-noe.at](http://www.hospiz-noe.at)

# Wenn die Sonne untergeht

Einsamkeit, Verzweiflung, Wut, Trauer und Schmerz – es gibt viele Gefühle, die nach dem Tod eines geliebten Menschen über uns hereinbrechen.

Einmal im Jahr – im November beginnend – bieten wir in unserer Pfarre Kirchberg an der Pielach ein sechsteiliges Trauerseminar an. Hier werden der Trauer der Raum und die Zeit gegeben, die benötigt wird.

Die TeilnehmerInnen sollen so sein dürfen, wie sie sich gerade fühlen. Sie können miteinander sprechen, schweigen und weinen. In diesem Rahmen wird auch erfahrbar, dass sich Lasten gemeinsam besser tragen lassen.

Unsere Erfahrung ist, dass sich trauernde Men-

schen nur schwer entscheiden können, das Seminar mitzumachen. Verschiedene Befürchtungen halten sie zurück: zu viel persönliches zu reden, weinen müssen vor anderen, eigentlich schon fertig sein zu müssen mit Ihrer Trauer, weil das Ereignis schon lange zurück liegt ...

Unsere Erfahrung ist aber auch, wenn sich jemand entschließt teilzunehmen, dass dieser Betroffene dann von der Kraft und Ehrlichkeit der Gruppe, vom echten Interesse aneinander und vom Verständnis für jeden Einzelnen, der dabei ist, sehr profitieren kann. Auch für uns Begleiterinnen ist diese gemeinsame Zeit eine sehr kostbare und wertvolle Erfahrung.

**Poldi Reidies**

Diese Abende werden uns allen sehr fehlen. Ein Balsam für unsere verwundete, traurige Seele.

**Frau K.**

Manchmal saß ich nur da und habe zugehört; auf eine gezielte /konkrete Frage habe ich eine Antwort bekommen und konnte reden.

**Frau S.**



## Danke – Ein Brief an die Seminarleiterinnen

Mein geliebter Mann wurde nach fast 47 gemeinsamen Jahren im März 2013, ein Monat vor seinem 70. Geburtstag, von dieser Erde abberufen. Ich habe mich nach langem Zögern entschlossen, das von der Caritas angebotene Trauerseminar in Kirchberg zu besuchen. Die Seminarleiterinnen Poldi Reidies und Theres Simmer haben uns, die teilnehmenden Trauernden einfühlsam, behutsam und kompetent durch unsere schwere Zeit geleitet. An dieser Stelle möchte ich mich auch im Namen der anderen drei Teilnehmerinnen recht herzlich bedanken. Mein Glaube, meine Familie, meine

vielen Freunde und die Gemeinschaft in dem Seminar haben mir sehr geholfen, dieses erste Trauerjahr im wahrsten Sinn des Wortes zu überleben. Ich möchte mit den wunderbaren Worten von Dietrich Bonhoeffer schließen: Je schöner und voller die Erinnerung, desto schwerer die Trennung. Aber die Dankbarkeit verwandelt die Erinnerung in eine stille Freude. Man trägt das vergangene Schöne nicht wie einen Stachel, sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.

**Dorothea Winter, Rabenstein**

Man liebt zweimal: das erste Mal in der Wirklichkeit, das zweite Mal in der Erinnerung.

**Honoré de Balzac**

## Trauerangebote des Mobilen Hospiz- dienstes der Caritas der Diözese St. Pölten

### Mut zur Trauer

Der Verlust eines lieben Menschen ist etwas sehr Schmerzhaftes und kann völlig unerwartete Gefühle hervorrufen. Wir Menschen reagieren in dieser Lebenssituation ganz unterschiedlich. Dennoch verändern solche Erlebnisse unsere Welt von heute auf morgen. Trauer ist eine natürliche Reaktion darauf.

Jeder Mensch trauert ganz individuell und einzigartig. Deshalb ist die Tiefe und Dauer der Trauer bei jedem verschieden.

Genauso verschieden sind die Trauerangebote des Mobilen Hospizdienstes.

So ist es möglich, in einem Einzelgespräch mit einem geschulten Mitarbeiter oder im geschützten Rahmen einer Gruppe über das Erlebte zu sprechen.

In der Natur beim gemeinsamen Gehen und Wandern an die lieben Verstorbenen denken. Oder anonym mit einem Anruf beim Trauertelefon Entlastung und Unterstützung zu bekommen.

### Trauertelefon

Jeden Di und Do von 18:00 bis 20:00 Uhr ist unter der Nummer 0676-83 844 299 eine Mitarbeiterin des Mobilen Hospizdienstes erreichbar. So ist es auch anonym möglich, Entlastung und Unterstützung zu bekommen.

### Auskunft und Anmeldung für alle Angebote:

Christine Umgeher,  
T 0676-83 844 635



Foto: Fotolia.de

### Trauergruppe in Amstetten

**Wann:** ab Mi 05.11.2014,  
9 Abende – 14-tägig

**Wo:** Amstetten-Caritashaus,  
Burgfriedstraße 10,  
3300 Amstetten

**Begleitung:** Christine Schubert  
Lebens- und Trauerbegleiterin  
[www.christineschubert.at](http://www.christineschubert.at)

### Trauergruppe in Kirchberg/Pielach

**Wann:** ab Herbst,  
6-teilig

**Wo:** Gebetsraum der Pfarre  
Kirchberg/Pielach

**Leitung und Anmeldung:**  
Poldi Reidies,  
0676-78 05 594  
Theres Simmer,  
0664-34 36 858

### Gemeinsames Wandern für Trauernde in den Regionen:

St. Pölten, Krems, Amstetten  
und Waidhofen/Ybbs

**Nächste Termine:**  
Herbst 2014

### Offene Trauergruppe für verwaiste Eltern

**Wann:** jeden ersten Montag  
im Monat um 18.30 Uhr

**Wo:** Beratungszentrum  
Caritas St. Pölten,  
Schulgasse 10,  
3100 St. Pölten

**Begleitung:**  
Christine Schubert  
Lebens- und Trauerbegleiterin  
[www.christineschubert.at](http://www.christineschubert.at)

### Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

**Seitenstetten:**

Beginn: 12.09.2014  
Infoabend: Mo 30.06.2014  
im Beratungszentrum der  
Caritas, Burgfriedstraße 10,  
3300 Amstetten  
Anmeldung erbeten

**St. Pölten:**

Beginn: 27.03.2015  
Infoabend: Mi 30.01.2015  
im Bildungshaus St. Hippolyt  
Anmeldung erbeten

### Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:  
Caritas der Diözese St. Pölten,  
3100 St. Pölten, Hasnerstraße 4  
Mobiler Hospizdienst,  
3100 St. Pölten, Schulgasse 10  
Tel.: 02742/841-682  
[www.caritas-stpoelten.at](http://www.caritas-stpoelten.at)  
[www.hospiz.caritas-stpoelten.at](http://www.hospiz.caritas-stpoelten.at)

Redaktion: Elisabeth Haas, Christine  
Umgeher, Anita Kiefer, Karl Lahmer  
Grafik: Tanja Gastegger  
Druck: druck.at  
P.b. Erscheinungsort:  
Verlagspostamt St. Pölten