

Lebenszeit

Hospiz Vorarlberg - Zeitschrift Nr. 1 | März 2020

„Wia a Dahoam“ Zwei Jahre Hospiz am See

Zwei Jahre, auf die das gesamte Team mit Stolz und Dankbarkeit zurückblickt.

> Seite 6-7

Dem eigenen Leben Wert geben

Maya Rinderer über den Anspruch sich stetig weiterzuentwickeln

> Seite 8-9

Werden ein Leben lang



Liebe Leserin, lieber Leser!

„Bleib so, wie du bist!“

Dieser gar nicht so selten ausgesprochene Wunsch, löst nicht nur Freude aus. Ich kann mich jedenfalls noch sehr gut erinnern, wie ein Bekannter von mir sich maßlos über so einen Wunsch geärgert hat. Denn: Leben ist ein ständiges Werden. Wer sich dem verweigert, verweigert seine persönliche Entwicklung, und kann die Zeit doch nicht zum Stillstand bringen. „Leben bis zuletzt“ heißt: werden bis zuletzt. Davon künden die zahlreichen Beiträge der aktuellen Ausgabe der „Lebenszeit“, die Sie gerade in Händen halten. Diese Weisheit lernen wir auch von jenen Menschen, die wir bis zuletzt begleiten dürfen. Entwicklung ist möglich: bis zuletzt. Wenn sie sich vielleicht auch nicht mehr so stark im Außen abspielt, so doch umso mehr im Innen.

Vielleicht ist die Lektüre dieser Ausgabe ein kleiner Anstoß, Ihr Werden bewusst zuzulassen. Das wünsche ich Ihnen jedenfalls!

Ihr

Dr. Karl W. Bitschnau
Leiter Hospiz Vorarlberg

Stufen

(Hermann Hesse)

*Wie jede Blüte welkt und
jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede
Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch
und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht
ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem
Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein
und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und
ohne Trauern
In andre, neue Bindungen
zu geben.
Und jedem Anfang wohnt
ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der
uns hilft, zu leben.*

*Wir sollen heiter Raum um
Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer
Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln
uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe
heben, weiten.*

*Kaum sind wir heimisch einem
Lebenskreise
Und traulich eingewohnt,
so droht Erschlaffen.
Nur wer bereit zu Aufbruch
ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung
sich entrafen.*

*Es wird vielleicht auch noch
die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung
entgegenschicken,
Des Lebens Ruf an uns
wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied
und gesunde!*

Geburtlich leben



VON ELMAR SIMMA

Wir kennen das Gegenteil: „Endlich leben“. Ein Grundsatz in der Hospizarbeit, der uns daran erinnert, dass unser Leben ein Ende hat. Je mehr wir das akzeptieren, umso besser können wir leben.

Aber wäre es nicht gut, sich auch an den Anfang zu erinnern? Wenn ich ein Kind taufe, erlebe ich, wie alle fasziniert sind von dem kleinen Lebewesen. Niemand denkt daran, dass es geboren wurde, um einmal zu sterben. Schon Hermann Hesse schreibt: „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne!“ Ja, natürlich, weil er Hoffnungen, Sehnsüchte und Phantasien weckt. Aber jede Blume blüht auf, um irgendwann zu verblühen. Nur so können wir das Wunder des Frühlings immer neu erleben. Etwas anzufangen ist immer reizvoll. Wir hatten doch schon in der Volksschule Freude daran, ein neues, unbeschriebenes Heft zu beginnen, natürlich mit dem Vorsatz, mit viel Schönerem zu füllen. Die Realität, dass in jedem Werden auch ein Sterben steckt, lernen wir erst mit der Zeit.

Ein kleiner philosophischer

Zwischenruf: Wenn es den Tod nicht gäbe, wäre unser Leben gleichgültig. Alles könnte unendliche Male wiederholt werden. Es gäbe nicht die Erkenntnis, dass unser Leben einmalig ist. „Nur der Tod gibt dem Leben Sinn. Ohne Tod wäre alles hinauschiebbar“, sagt Viktor Frankl. Deshalb ist auch der Gedanke an eine Wiedergeburt nicht unbedingt tröstlich. Wer garantiert uns schon, dass das nächste Leben besser wird?

„Geburtlich“ zu leben heißt offen zu sein für das, was uns im Leben zugemutet und geschenkt wird.

Konsequenzen: „Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten, an keinem wie an einer Heimat hängen!“ (Hermann Hesse) Die Kindheit, die Jugend, das Berufsleben, die Familie, das Alter, alles hat seine Zeit und seinen Reiz, aber auch seine Mühe. Ich sage oft salopp: „Nünt ischt all's, aber es ischt net all's nünt!“ Und gerade das Wissen, dass unser Leben einmal ein Ende hat, sollte uns animieren, jeden Tag mit etwas Positivem anzureichern.

Es wäre sicher nützlich, nicht in der Vergangenheit oder Zukunft zu leben, sondern im Heute. Konkreter: genau jetzt im „Augenblick“. Im Griechischen wird der günstige Augenblick „Kairos“ genannt, dargestellt als junger Mann, dessen Hinterkopf kahlgeschoren ist, während er an der Stirn eine Haarlocke trägt. Das bedeutet, wir können keine Stunde im Nach-

„Das Ausatmen ist die Voraussetzung für das Einatmen-Können.“

Pfarrer Elmar Simma

hinein festhalten. Und umgekehrt sollen wir die günstigen Gelegenheiten am Schopf packen. „Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart“, sagt Meister Eckhart (gest. 1327). Einerseits sollten wir lernen, „abschiedlich“ zu leben. Letztlich müssen wir alles loslassen: unsere Pläne, unseren Willen, unseren Besitz und auch liebe Menschen... Andererseits wäre es auch gut, „geburtlich“ zu leben und offen zu sein für das, was uns im Leben zugemutet und geschenkt wird. Das Ausatmen ist die Voraussetzung für das Einatmen-Können. Oder wie Hermann Hesse sagt: „Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesundel!“



„Das eigene Werden hat nie ein Ende“

Als gleichaltrige Freundinnen im Jugendalter vorwiegend Romane lasen, beschäftigte sich Renate Dünser schon mit den Büchern von Elisabeth Kübler-Ross. „Ich war in der Familie schon früh mit Tod konfrontiert, Sterben war für mich immer schon ein Teil des Lebens.“ Nun hilft sie im Hospiz am See Gästen und Angehörigen, Antworten auf drängende Fragen am Lebensende zu finden.

DAS GESPRÄCH FÜHRTE ELKE KAGER

Normalerweise fällt beim Betreten des Hospiz am See auf, dass hier viel Leben spürbar ist. Heute war die Stimmung schon im Lift auffallend bedrückend.

Heute Vormittag ist ein junger Mann verstorben und die Angehörigen sind gerade eingetroffen. Ich erlebe hier beides: Manchmal ist es ein herzliches Lachen des Pflegepersonals oder der Angehörigen, manchmal bedrückt eine schwierige Situation. Wenn ein Gast verstirbt, macht das auch etwas mit der Stimmung im Haus. Das ganze Haus ist generell getragen von einer Spiritualität, das spüren auch die Gäste sowie deren Angehörige. Es ist unseren Gästen klar, dass dies ihr letztes Nest ist.

Was kannst du Gästen und Angehörigen als Seelsorgerin geben?

Mein Dasein, mein Gehör, mein Herz. Manchmal gehen wie dabei auch der Frage nach dem Sinn des Lebens und des Leidens nach. Durch Wohlwollen, Empathie und durch mein Da-Sein. Wenn gewünscht, beten wir gemein-

sam, oft um Heilung. Das mag im ersten Eindruck befremdlich wirken, aber ich bin überzeugt: Gott heilt in jeder Dimension, Heil betrifft nicht nur den Körper. Generell müssen beim Sterben Körper, Geist und Seele bereit sein. Es kommt immer wieder vor, dass der Körper von Gästen schon völlig ausgemergelt ist, die Seele noch nicht bereit ist zu gehen. Umgekehrt bin ich überzeugt, dass es bei einem abrupten Tod noch eine Zeit braucht, bis der Mensch ganzheitlich gehen kann, auch wenn das Herz nicht mehr schlägt. Deshalb finde ich es wichtig, einen verstorbenen Menschen noch eine Zeitlang in Ruhe zu lassen.

Das „Warum“ wird viele Menschen im Hospiz am See ebenfalls beschäftigen?

Viele Menschen sehen Krankheit und Tod nach wie vor als Strafe Gottes. Ein Gott, der auf seinem Thron sitzt und Krankheiten verteilt, ist nicht das Bild meines Gottes. Die Krankheiten entstehen im Körper selbst. Gott



Renate Dünser

Renate Dünser hat viele Talente: Gelernte Köchin, Familienmensch, später hat sie den theologischen Fernkurs absolviert. Danach hat sie die Ausbildung zur Pastoralassistentin und den Lehrgang zur Krankenhaus-seelsorgerin abgeschlossen. Heute ist sie Seelsorgerin im Hospiz am See.

hat uns zugesagt, dass er durch alle Wasser, Täler und Feuer mit uns geht. Der christliche Glaube schenkt uns die Hoffnung auf ein Leben bei Gott und auf ein Wiedersehen. Er spendet auch Trost, am Ende Heil, wo Krankheit ist, ergänzt, was gefehlt hat und vergibt, wo zuvor kein Vergeben möglich war. Selbstverständlich kann ich gut mitfühlen, wenn mir beispielsweise eine Oma sagt, dass sie noch gerne ihre Enkel aufwachsen hätte sehen wollen.

Thema Vergebung. Was sind die schmerzlichsten Themen am Ende des Lebens?

Ein psychischer Schmerz ist die Erkenntnis 'Ich habe mein Leben nicht gelebt' oder wenn etwas unversöhnt ist mit sich selbst oder den Mitmenschen. Wir kommen nicht durchs Leben ohne andere Menschen zu kränken oder auch selbst gekränkt zu werden. Am Ende des Lebens wünschen sich alle Frieden und Vergebung. Im Sterbeprozess sind wir keine „Macher“, wir müssen geschehen lassen. In dieser Gnade wird manches



Renate Dünser auf Besuch bei einer Patientin im Hospiz am See. Viele haben auch den Wunsch zu beten.

geordnet und ausgesprochen. Bei manchen Gästen ist auch die Angst, ins Fegefeuer zu kommen, nach wie vor präsent. Manche Menschen sind in Glaubensfragen in ihren Kinderschuhen steckengeblieben. Sie haben versäumt, dass sich die Theologie weiter entwickelt hat und dass die Kirche die Frohbotschaft verkündet und nicht die Drohbotschaft. Sie ist weiter und offener geworden. Darauf vertraue ich: Jesus ist nicht auf die Erde gekommen um zu richten, er ist gekommen um uns aufzurichten. Am Ende des Lebens verspüren oft auch bislang Ungläubige die Sehnsucht nach einem Ort, wo man nach dem Tod hinkommt. Viele haben auch den Wunsch zu beten. Im Zentrum steht die Hoffnung auf ein gutes Ende.

Werden im Hospiz am See auch Gäste anderer Konfessionen spirituell begleitet?

Für andere Glaubensrichtungen oder Ansichten bin ich generell offen. In einer Haltung mit Respekt, Achtung und Toleranz finden wir alle unseren

Platz. Als ehrenamtliche Mitarbeiterin beim Hospiz für Kinder habe ich auch Familien anderer Konfessionen begleitet. Ich erinnere mich beispielsweise an eine muslimische Familie. Beim Heimgehen habe ich die Mutter einmal gefragt, ob es ok für sie sei, wenn ich sie in mein Gebet mit einschließe. Sie hat zugestimmt und gleichzeitig gesagt, dass sie auch für mich bete. Das fand ich eine schöne Geste. Im Hospiz am See bitten wir auf Wunsch des Gastes auch Seelsorger anderer Glaubensgemeinschaften dazu.

Woraus schöpfst du persönlich Kraft für deine nicht immer einfache Arbeit?

Ich bin sehr dankbar, dass ich aus einigen Kraftquellen schöpfen kann. Die stärkste ist mein Glaube an den liebenden und barmherzigen Gott, der uns Mutter und Vater ist. Er liebt mich - uns Menschen - bedingungslos. Bewegung in der Natur stärkt mich. Der Jahreskreislauf zeigt mir immer wieder das blühende Leben, die Vergänglichkeit, zugleich wieder neues

Leben, Neues aufbrechen, Neues entstehen. Ich versuche gut auf mich zu schauen und genieße die Zeit mit meinem Mann, meinen Kindern und Enkeln. Nach einem schweren Tag ist das Tanzen für mich Lebensfreude. Vor dem nach Hause gehen zünde ich in der Kapelle noch eine Kerze an und lege dort unsere Gäste und deren Geschichten hinein.

Wie sieht der Alltag als Krankenhaus-Seelsorgerin aus?

Ich bin zu 45 Prozent im Krankenhaus Dornbirn und zu 30 Prozent im Hospiz am See beschäftigt. Konkret heißt das, dass ich drei Tage pro Woche im Haus bin. Dort besuche ich unsere Gäste und frage auch nach, wie es dem Pflegeteam und den Ehrenamtlichen geht. Sie sind ja ebenfalls sehr gefordert. Zudem bin ich auch für die Angehörigen da. Priesterliche Unterstützung bekomme ich von Hospizseelsorger Elmar Simma und Caritasseelsorger Wilfried Blum. Bei Bedarf darf ich auch die Patres vom Kloster Mehrerau bitten.

„Wia a Dahoam“ 2 Jahre Hospiz am See



VON HEIDI DOLENSKY

Zwei Jahre sind seit der Eröffnung des Hospiz am See vergangen.

Zwei Jahre, auf die das gesamte Team mit Stolz und Dankbarkeit zurückblickt. Die gemeinsamen Anstrengungen haben sich gelohnt. Die Einrichtung wurde von Beginn an sehr gut angenommen. Es wurde ein letztes Zuhause für sterbenskranke Menschen geschaffen, welches von den Gästen (so werden die PatientInnen im Hospiz genannt) als solches anerkannt und geschätzt wird. „Wia a dahoam“, sagte kürzlich ein Gast.

Die Gäste betonen immer wieder wie gut sie sich aufgehoben fühlen. Sie schätzen die Ruhe, die liebevolle

Atmosphäre und das sich geborgen und umsorgt fühlen. Das freut natürlich das Team und gibt Ansporn für die Arbeit und die Zukunft. Besonders wichtig ist allen, die im Hospiz arbeiten, dass sie viel Zeit ihren Gästen und deren Angehörigen widmen. Doch es sind vor allem die Gäste selbst und ihre Geschichten, die das Haus prägen. Sei es ein letzter erfüllter Wunsch, der in Erinnerung bleibt oder ein „vererbter“ Geraniestock auf dem Balkon als Andenken an einen verstorbenen Blumenfreund. Wenn es irgendwie möglich ist, werden Herzenswünsche gerne noch erfüllt: Ein letztes Mal eine Angelrute in den Bodensee halten, Käsfladen und Most aus einem ganz bestimmten Lustenauer Geschäft genießen

Das Wohlbefinden der Gäste steht im Vordergrund.



oder noch ein paar Stunden in der eigenen Wohnung verbringen. Das alles kann helfen Abschied zu nehmen. Manchmal ist es aber das kleine Glück, nach dem sich die Gäste sehnen: das Lieblingsgericht essen, ein Glas Bier trinken, ein „Hock“ in der Sonne auf dem Balkon. Auch der Begriff Lebensqualität bekommt in den letzten Tagen einen ganz anderen Stellenwert. Er ist sehr individuell zu beschreiben. Am meisten wird von den Gästen geschätzt, dass sie ihre Ruhe haben, essen können was und wann sie wollen und vor allem, dass ihre Angehörigen bei ihnen sind. Auch die bestmögliche Schmerz- und Symptomlinderung spielt eine große Rolle.

Wenn es zur Verabschiedung kommt, geschieht dies würdevoll mit acht-samen Gesten. Für jeden verstorbenen Gast wird die große Kerze im Aufenthaltsraum angezündet. Ein mit Namen beschriftetes Medaillon aus Holz wird in die Schale zur Kerze gelegt. Sie brennt solange, bis die/der Verstorbene das Haus verlässt. Es ist ein Ritual zur Erinnerung an den Verstorbenen. Auch, um es den Mitarbeitenden zu erleichtern, die Begleitung mit diesem Menschen abzuschließen und sich von ihm zu verabschieden.

Seelsorgerin Renate Dünser und Sozialarbeiterin Rita A. Sutterlüty wissen um die Belastungen und Herausforderungen für die Hinterbliebenen. Es ist ihnen ein großes Anliegen, ihnen weiterhin eine Stütze zu sein. Der regelmäßig stattfindende Trauertreff und Einzelbegleitungen fangen die Betroffenen in ihrer Situation bestmöglich auf. Doch Trauer beginnt schon viel früher. Trauer entsteht

auch dann, wenn durch Diagnose und Krankheitsverlauf jeden Tag mehr und mehr vom geliebten Menschen Abschied genommen werden muss. Um diesen Teil der Trauer aufzufangen, sind Angehörige eingeladen ins Café Augenblick zu kommen. Dort können sie sich mit anderen Betroffenen austauschen, miteinander in Ruhe reden und machen die Erfahrung, dass sie nicht alleine sind.

In diesem Sinne ist das Hospiz am See ein letztes „Dahoam“ für viele sterbensranke Menschen geworden. Es werden sich alle Mitarbeitenden – Pflegefachkräfte, Ärzte, Seelsorgerin, Sozialarbeiterin, Hauswirtschafterin, TherapeutInnen, Ehrenamtliche und MitarbeiterInnen in der Organisation – weiterhin mit aller Kraft tagtäglich dafür einsetzen, dass dies so bleibt.

Im Überblick

Bettenanzahl: 10

Betreuung durch: Pflegefachkräfte, täglich ärztliche Visite und Bereitschaftsdienst rund um die Uhr, Seelsorgerin, Sozialarbeiterin und 26 ehrenamtliche MitarbeiterInnen

Leitung: DDr. Klaus Gasser (ärztlicher Leiter), Angelika Müller (Pflegeleiterin), Dr. Karl Bitschnau (administrativer Leiter)

Gäste (Patienten) seit Beginn 2018: über 230 Frauen und Männer, durchschnittliche Aufenthaltsdauer: 23 Tage

Zuweisung: über jede/n behandelnde/n Ärztin/Arzt möglich



Rita A. Sutterlüty (oben) und **Maria Lackner** ist es wichtig, Angehörigen eine Stütze zu sein.



Barbara Geiger ist Ihre erste Ansprechperson am Telefon und am Empfang.

Kosten: Tagsatz € 57,70; Pflegegeld wird weiterhin ausbezahlt und kann zur Abdeckung eingesetzt werden

Angehörigenbegleitung: Angehörige dürfen gerne auch über Nacht beim Patienten bleiben, fixe Besuchszeiten gibt es keine; das Café Augenblick bietet Austauschmöglichkeiten und Gesprächsrunden an; Trauerbegleitungen, Trauertreffs und Gedenkgottesdienste geben den Zurückgebliebenen nach dem Tod ihres lieben Menschen Halt und Kraft.

Fragen zum Hospiz am See?

T 05522-200 1100
hospizamsee@caritas.at

Dem eigenen Leben Wert geben

VON MIRJAM VALLASTER

Maya Rinderer gehört als 1996 geborene zu den sogenannten Millennials, also jenen Menschen, die um die Jahrtausendwende geboren wurden. Diese Generation wuchs mit den digitalen Medien auf. Maya Rinderer schrieb als prominente Vertreterin aus Vorarlberg allerdings bereits im zarten Alter von zwölf Jahren ihren ersten Roman „Esther“, der vom Schicksal eines jüdischen Mädchens während des Zweiten Weltkriegs handelt. In der Lebenszeit macht sie sich ihre ganz eigenen Gedanken zum Thema „Werden“.

Du bist 23, jung, erfolgreich und vermutlich voller Pläne. Was waren in deinem bisherigen Leben einschneidende Momente, die dich zu der gemacht haben, die du heute bist?

Maya Rinderer: Wie bei vielen Menschen, haben besonders die schwierigen Phasen in meinem Leben, in denen ich kämpfen musste und aus denen ich gestärkt hervorgegangen bin, mich zu der Frau gemacht, die ich heute bin. Zwei Dinge waren dabei wichtig: Erstens, zu mir selbst zu stehen und meine Stimme zu erheben, wenn ich Diskriminierung erfuhr. Genauso waren es die Momente, in denen ich mich traute, mich für andere einzusetzen, denen Ungerechtigkeit widerfuhr, die mich

prägten und mich überzeugten, dass es wichtig ist, für das einzustehen, woran man glaubt. Außerdem waren jene Momente bedeutend, in denen ich entschied, Hilfe anzunehmen. Besonders bei Problemen mit der psychischen Gesundheit ist es essentiell, sich an das Gesundheitssystem zu wenden. Manche von uns brauchen Hilfe, um ausgeglichen leben zu können, als ganzer Mensch, nicht nur als Schatten des eigenen Selbst. In dem wir uns für unsere psychische Gesundheit einsetzen, helfen wir nicht nur uns selbst sondern auch den Menschen um uns herum.

„In unserem Land sollte niemand nachts vor Sorgen wachliegen, weil die Rechnungen nicht bezahlt werden können.“

Maya Rinderer

Was würdest du sagen ist ein erfülltes Leben? Wovon hängt es ab?

Maya Rinderer: Ein erfülltes Leben hängt natürlich von den Menschen ab, mit denen man es verbringt. Es wäre aber scheinheilig zu behaupten, dass finanzielle Sicherheit keine immense Rolle spielt. In unserem Land sollte niemand nachts vor Sorgen wachliegen, weil die Rech-

Steckbrief
Maya Rinderer, geboren 1996 in Dornbirn; Literarische Arbeiten (Roman, Lyrik, Theaterstücke, Zeitschriftenveröffentlichungen) zwischen 2011 und 2016. Seit 2017 wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich Keilschriftforschung am Institut für Orientalistik der Universität Wien.

nungen nicht bezahlt werden können. Außerdem braucht ein erfülltes Leben Chancen. In unserem Land sollte jedes Kind sämtliche Bildungschancen bekommen, um sowohl selbst ein erfülltes Leben zu leben als auch im Erwachsenenalter einer neuen Generation ein erfülltes Leben zu ermöglichen. Weiters kann ein erfülltes Leben nur in Bewegungsfreiheit gelebt werden. Eingesperrt zu sein ist furchtbar – sei es im übertragenen Sinne in einer Rolle, die man ausübt, weil es von einem erwartet wird, oder im wörtlichen Sinn, weil man in einem Land nicht willkommen ist oder nicht die richtigen Dokumente hat. Zusammenfassend ist es die Entscheidungsfreiheit, die uns ein erfülltes Leben ermöglicht.

Unser aller Leben ist endlich. Was glaubst du ist wichtig, wenn das eigene Leben zu Ende geht?

Maya Rinderer: Wir Menschen sind nur ein winziger Teil eines Billionen Jahre alten Universums, das wir nie vollständig erforschen werden können. Nicht nur das Leben eines einzelnen Menschen ist endlich, die ganze Menschheit wird nicht von Dauer sein. Dies ist kein Grund, traurig zu sein. Es mag darin sogar eine Chance für unseren Planeten liegen, sich von dem Leid, das wir ihm angetan haben, zu erholen. Obwohl ich selbst



jung bin, ist die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod nicht etwas, von dem ich mich nicht betroffen fühle. Junge Menschen im Freundes- und Bekanntenkreis sterben. Ich glaube daran, dass nach dem Tod, wenn unser Gehirn aufhört zu arbeiten, unser Bewusstsein einschläft, als hätte es nie existiert. Diese Vorstellung löst Gelassenheit in mir aus. Wir kehren in das Nichtsein zurück, aus dem wir gekommen sind. Es schließt sich nicht aus, diese Ansicht über den Tod zu vertreten und gleichzeitig dem eigenen Leben Wert zu geben. Im Leben tragen wir Verantwortung: Gegenüber unseren Mitmenschen, gegenüber dem Planeten, der unser Zuhause ist und vor allem gegenüber uns selbst. Am Ende meines Lebens soll ich auf meine Entscheidungen,

die ich getroffen habe, zurückblicken können mit der Bereitschaft, die richtigen von ihnen mit reinem Gewissen anzunehmen und die falschen von ihnen als Fehler anzuerkennen. Ich will die falschen Entscheidungen, auch wenn sie bereits getroffen worden sind, früh genug erkannt haben, um eine neue Entscheidung zu fällen: mich zu entschuldigen, etwas wieder gut zu machen.

Was sind für dich die wichtigsten Dinge, die du im Leben bisher lernen musstest und was denkst du, musst du noch lernen?

Maya Rinderer: Margarete Stokowski schreibt, wir sollen die Wut nicht verlernen. Sie meint damit, dass wir uns nicht alles gefallen lassen müssen. Die Wut darf uns aber auch

nicht selbst zerstören. Deshalb ist es wichtig, Gelassenheit zu lernen, sich zur Ruhe zu bringen, einen Schritt nach dem anderen zu tun. Im heutigen Zeitalter werden wir durch unsere Leistung definiert. Das System zwingt uns dazu, bis zum Umfallen zu arbeiten, um unser Dasein zu rechtfertigen. Auch in meinem Beruf, als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Wien, wird meine Leistung dadurch gemessen, wie viel ich in möglichst kurzer Zeit abliefern kann, wie lange ich abends im Büro sitze, wie viele Wochenenden ich für meine Arbeit aufbringe. Ich musste lernen, dass an dem immensen

„Wie viele Frauen in meinem Beruf, zweifle ich oft daran, ob ich überhaupt in meiner Position richtig bin. Ob ich es verdiene oder ob ich nur durch Zufall hier gelandet bin.“

Maya Rinderer

Arbeitspensum nichts vorbeiführt, wenn ich diesen Beruf ausüben will. Gleichzeitig möchte ich aber lernen – und es gelingt mir mal besser, mal weniger gut – den langen Listen von Aufgaben mit Ruhe zu begegnen, einen Schritt nach dem anderen zu machen und auch zu akzeptieren, wenn ich einmal einen Abgabetermin nicht einhalten kann. Wie viele Frauen in meinem Beruf zweifle ich oft daran, ob ich überhaupt in meiner Position richtig bin. Ob ich es verdiene oder ob ich nur durch Zufall hier gelandet bin und jeden Moment als unqualifiziert enttarnt werde. Ich versuche mich regelmäßig daran zu erinnern, dass mein eigenes Wissen und Können, meine eigene Disziplin, mein eigener Ehrgeiz und meine eigene Begeisterung für das Fach mich hierher gebracht haben. Und auch meine Kolleginnen erinnere ich daran, wenn sie an sich zweifeln. Aber solange wir, ohne uns selbst unter Druck zu setzen, unser Bestes geben, ist es gut genug.



„Ich sehe es als großes Privileg an, dass sich Menschen, denen ich oftmals das erste Mal begegne, mir öffnen und sehr vertrauliche Dinge aus ihrem Leben erzählen.“

Helene Schobel
Ehrenamtliche Hospizbegleiterin

Mein Blick auf das eigene Leben hat sich verändert

VON KATHRIN GALEHR-NADLER

Helene Schobel führt seit über 20 Jahren ein Textil-Geschäft in Rankweil und steht mit beiden Beinen fest im Berufsleben. Gleichzeitig engagiert sie sich mit viel Herzblut für die Hospizarbeit im Lande. „Die beiden Tätigkeiten sind gar nicht so unterschiedlich – sowohl im Beruf als auch bei Hospiz stehen die Menschen mit ihren ganz besonderen Bedürfnissen im Mittelpunkt.“

Helene Schobel führt ein aktives Leben. Vor über 20 Jahren hat sie das Textil-Familienunternehmen in Rankweil von ihrer Mutter übernommen, heuer feiert das Unternehmen das 85-jährige Bestehen. Zudem hat sie drei Jahre die Geschicke der Kaufmannschaft Rankweil als Obfrau geleitet. Neben ihrem beruflichen Engagement ist die Geschäftsfrau sehr sozial eingestellt. Seit 2012 engagiert sie sich für die Hospizarbeit. Auch durch ihre berufliche Tätigkeit fällt es Helene Schobel nicht schwer, sich auf andere Menschen einzulassen. „Der Unterschied zwi-

schen beiden Tätigkeiten ist gar nicht so groß, wie man gemeinhin annehmen würde“, sagt sie. Sie ist eine gute ZuhörerIn und kann sich auch mal zurückhalten. Was sich bei ihr in diesen Jahren verändert hat, ist der eigene Blick auf das Leben. Sie empfindet viel Dankbarkeit für das eigene Leben und die eigene Gesundheit. „Das Ehrenamt ist zu einem wichtigen und bereichernden Teil meines Lebens geworden. Auch wenn es Zeiten gibt, die fordernd sind, möchte ich es auf keinen Fall mehr missen.“

Oft ist Helene Schobel im Landeskrankenhaus Feldkirch auf der Radioonkologie anzutreffen. Regelmäßig besucht sie dort PatientInnen, die mit einer schweren Krebserkrankung konfrontiert sind. Sehr einfühlsam versucht sie diesen Menschen etwas Halt und Unterstützung in dieser für sie lebensbedrohlichen Situation zu geben. Dabei kommt sie sehr nah an die Menschen heran. „Ich sehe es als großes Privileg an, dass sich Menschen, denen ich oftmals das erste

Mal begegne, mir öffnen und sehr vertrauliche Dinge aus ihrem Leben erzählen.“ Und so berichtet sie von der 90-jährigen Frau, die als junges Mädchen von Südtirol nach Vorarlberg kam und eine sehr bewegte Kindheit und Jugendzeit durchlebte. Aber auch vom jungen Krebspatienten, der bei ihr auch mal Schwäche zeigen konnte und nicht stark sein musste und seine eigene Familie trösten konnte.

Ganz berührend fand sie die Begegnung mit einer sterbenden Frau, deren Hand sie gehalten hat. Ein paar Tage später, als die Frau kurz wieder bei Bewusstsein war, sagte sie zu ihr, wie schön sie den Besuch empfand. „Ich hätte nicht gedacht, dass sie etwas von diesem Besuch mitbekommen hat“, so Helene Schobel. „Darum habe ich nachgefragt. `Ja, klar, dieser Besuch hat mir sehr gut getan und der Händedruck war sehr fein´, sagte sie. „Über ihre Antwort war ich so erstaunt und gleichzeitig so tief berührt, ich war zu Tränen gerührt.“

和
活
氣

Shiatsu
QI · ENERGIE · HARMONIE

Shiatsu fördert das emotionale, geistige und körperliche Wohlbefinden.

Shiatsu ist eine Akupressur-Massage-Technik, deren Ursprünge in der traditionellen chinesischen und japanischen Medizin liegen.

MAG. ANJA PEINTNER
Dipl. Shiatsu-Praktikerin
Maria-Theresien-Str. 36
6890 Lustenau
+43 (0)676 83398458
anja@shiatsu-peintner.at
www.shiatsu-peintner.at



AUSBILDUNGSLEHRGANG ZUR KURSLEITER*IN ALT.JUNG.SEIN. – NED LUGG LAU

Lebensqualität im Alter

Ein ganzheitliches Kursangebot zum Erhalt und zur Förderung der Selbstständigkeit und Unabhängigkeit älterer Menschen im Alltag. Ein aktiver, selbstbestimmter Beitrag zur Demenzvorbeugung.

Ziel des Lehrgangs: Vermitteln von Kenntnissen und Fähigkeiten zur Leitung von ALT.JUNG.SEIN. und NED LUGG LAU Kursen

Zielgruppe: Personen, die Freude an der Arbeit mit älteren Menschen und die Bereitschaft zur Eigeninitiative haben.

Zeitraum: Oktober 2020 bis Juni 2021

Veranstaltungsort: Bildungshaus Batschuns

Infoabend: 27. Mai, 19.00 Uhr im Diözesanhaus Feldkirch

Anmeldung zum Infoabend und Ansprechperson

zum Kurs: Doris Bauer-Böckle, DSA

Katholisches Bildungswerk Vorarlberg

M: 0676 83240 1102; T: 05522 3485 102

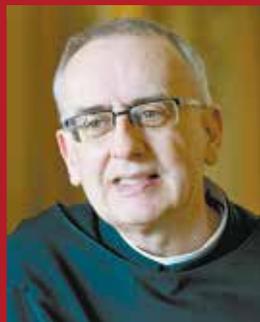
E: doris.bauer-boeckle@kath-kirche-vorarlberg.at

www.altjungsein.at

Durchkreuzt

Ab
27. Februar

Pater Martin Werlen –
Abt em. des Klosters Einsiedeln
und Bestsellerautor – schreibt
während der Fastenzeit im
KirchenBlatt über den
Umgang mit durchkreuzten
Lebensplanungen.



Bestellungen unter: T 05522 3485-125
E kirchenblatt@kath-kirche-vorarlberg.at

7 Wochen GRATIS!
Fastenzeit 2020

Katholische
KirchenBlatt
Vorarlberg

Buchtipp

„Becoming“ von Michelle Obama

„Ma’am“, sagte er, „Ihr Leben wird sich gleich für immer ändern.“... Im nächsten Moment deutete er nach rechts und ich drehte den Kopf. Wie aufs Stichwort kam etwas Gewaltiges um die Ecke: eine Armee aus Fahrzeugen, darunter eine Phalanx aus Polizeiwagen und Motorrädern, mehrere schwarze SUV’s, zwei gepanzerte Cadillac-Limousinen mit amerikanischen Flaggen auf den Motorhauben, ein Katastrophenschutzfahrzeug, ein Counter Assault Team mit gezückten Maschinengewehren, ein Krankenwagen... Die Fahrzeugkolonne des Präsidenten. „Steigen aus einem der Autos wenigstens gleich zwanzig Clowns aus?“, fragte ich. „Spaß beiseite, wird er von nun an immer so reisen?“ Er lächelte: „Jeden Tag, solange er Präsident ist, ja“, sagte er. „So wird es immer aussehen.“... Ich war jetzt mit einem der bestbewachten Menschen der Welt verheiratet. Das war beruhigend und erschreckend zugleich...



Michelle Obama „Becoming“, Goldmann Verlag;
Auflage: Deutsche Erstausgabe (13. November 2018);
Gebundene Ausgabe: 544 Seiten



„Das Gefühl der unendlichen Liebe für dieses Kind war für uns wie ein Befreiungsschlag von all den Ängsten und Fragen, die uns die Diagnose Herzfehler mit Verdacht auf Down-Syndrom während der Schwangerschaft beschert hatte.“

Simone Fürnschuß-Hofer über ihren Sohn Valentin

Zur Person

Simone Fürnschuß-Hofer ist Text- und Projektgestalterin, Journalistin, Mutter dreier Kinder.

2007 erschien ihr Buch „Das Leben ist schön“. Als Vortragende und Mitwirkende unterstützt sie verschiedene Sozial- und Inklusionsinitiativen, ist Mitbegründerin des Vereins „Gemeinsam Zukunft Lernen“ und Beirätin im Landeselternverband. Seit 2014 widmet sie sich verstärkt Projekten im Bereich „social business“ und gründete dafür mit ihrem Mann die OG „gutwärts“. Noch im selben Jahr initiierte sie den internationalen Wertekongress „Was im Leben wirklich zählt“, seit 2015 ist sie für das Dialogformat „Wortwechsel“ der Diözese Feldkirch verantwortlich und schreibt für die Vorarlberger Straßenzeitung marie.

Auf dem Foto ist sie mit ihrem Sohn Valentin zu sehen.

Momente des Glücks genießen, wenn sie da sind

VON ELKE KAGER

Sie ist Texterin, Journalistin, Vortragende, Projektgestalterin und Powerfrau. Und dennoch wird ihr tagtäglich Muße, Langsamkeit und die Leichtigkeit des Seins gelehrt: Simone Fürnschuß-Hofer über ihr ganz persönliches Werden, in dem das Leben mit ihrer Familie und speziell mit Sohn Valentin eine wichtige Rolle spielt. Er ist mit dem Down-Syndrom zur Welt gekommen und prägt die Familie auf seine ganz persönliche Art und Weise.

Welches sind Stationen in deinem Leben, die dich in deiner persönlichen Entwicklung ganz besonders geprägt haben?

Simone Fürnschuß-Hofer: Ich bin dankbar, in meinem Leben immer wieder inspirierende Menschen um mich zu haben. Anfangs hat mich sicherlich die Schule geprägt, insbesondere meine Riedenburger-Jahre, später meine Au-Pair-Zeit in Paris, wo

ich ein Jahr meines Lebens mit einer sehr unkonventionell lebenden Künstlerfamilie geteilt habe. Dort lernte ich zu unterscheiden, welche Werte mir aus meiner bürgerlichen Sozialisierung wichtig sind und welche Glaubenssätze hingegen Enge erzeugen. Gleichzeitig musste ich als 18-Jährige mit der intensiven Betreuung eines zweijährigen Kindes früh Verantwortung übernehmen. Später war es eine Weltreise mit meinem Mann, die mein Leben ebenso bis heute prägt. Die Gründung unserer Familie und hier speziell die Geburt unseres ersten Sohnes war aber sicher die stärkste Zäsur in meinem Leben. Vieles wurde geprüft. Das Gefühl der unendlichen Liebe für dieses Kind, als wir es zum ersten Mal in den Händen hielten, war für uns wie ein Befreiungsschlag von all den Ängsten und Fragen, die uns die Diagnose Herzfehler mit Verdacht auf Down-Syndrom während der Schwangerschaft beschert hatte.

Die aktuelle Ausgabe der Lebenszeit steht unter dem Titel Werden. Vom Anfang bis zum Ende, von der Geburt bis hin zum Tod. Welchen Anspruch stellst du diesbezüglich an dich?

Simone Fürnschuß-Hofer: Mir meine Lebendigkeit zu bewahren. Darin sind auch Aufbruch, Experimentierfreude und das In-Kauf-Nehmen von Strapazen und einem möglichen Scheitern enthalten. Letzteres ist immer wieder eine schwere Übung für mich. Aber in der Anspannung steckt eben auch das Wort Spannung. Vielleicht landen deshalb immer wieder „Neuland-Projekte“ auf meinem Schreibtisch, die mich fordern und kurzzeitig auch aus der Balance bringen können. Wahrhaftigkeit ist mir wichtig. Mir treu zu bleiben. Obwohl ich einen hohen Anspruch an gute Ergebnisse habe, ist mir in der persönlichen Begegnung das nicht ganz so Perfekte lieber als das Glatte und der Schein. Unterm Motto: Lieber ein bisschen schief, dafür aber echt. Hier hat mich mein Sohn Valentin sicherlich viel gelehrt.



Wie hat Valentin euer Leben geprägt?

Simone Fürnschuß-Hofer: Wir haben ihn recht früh bekommen, ich war damals 26. Er hat uns völlig neue Facetten des Lebens eröffnet, freudvolle Alternativen abseits des Leistungsdenkens und ausgetretener Pfade gezeigt. Bei Druck und Stress spielt er einfach nicht mit. Er lehrt uns

Langsamkeit und Geduld. Das klingt so schön, ist aber im Alltag durchaus eine Herausforderung. Und immer wieder stellt sich uns die Frage: Wie viel dürfen wir von ihm an Anpassung erwarten und wie viel umgekehrt er von uns?

Habt ihr durch Valentin speziell gelernt, was eigentlich die Schlüssel zu einem zufriedenen Leben sind: sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, Muße zu haben, Beziehungen zu pflegen ...?

Simone Fürnschuß-Hofer: Wie jedes Kind hat er viel Reichtum in unser Leben gebracht. Mit Sicherheit hat Valentin unsere Lebensintensität erhöht. Er sucht das Abenteuer und liebt die Pause. Von seiner Wahrhaftigkeit lässt man sich gerne anstecken, er weiß, wie man das Leben feiert und sich Gutes tut. Wohl habe ich von ihm gelernt, dass man Momente des Glücks genießen muss, wenn sie da sind, anstatt zu warten, bis alles perfekt ist. Das kommt nämlich nie.



Du warst auch Initiatorin des internationalen Wertekongress „Was im Leben wirklich zählt“. Was zählt denn wirklich?

Schlussendlich ist es wohl die Liebe und wie sie in ihre Erfüllung findet. Dazwischen gibt es aber ganz viele Antworten wie Freiheit, sinnhaftes Tätigsein, die Schönheit des Wahren, Gebrauchtsein, das Glück im Kleinen.

Thema Angst: Wie behindert diese die persönliche Entwicklung, das Werden?

Simone Fürnschuß-Hofer: Vielleicht ist es vor allem die Angst vor dem Scheitern, die uns im Werden behindert. Dabei heißt es doch, dass uns Fehler, Kritik und Scheitern erst richtig wachsen lassen ... Nun denn, ich denke, beides muss seinen Raum bekommen: Die Freude über Gelingen genauso wie auch Zeiten der Unsicherheit.

„Ich habe von Valentin gelernt, dass man Momente des Glücks genießen muss, wenn sie da sind, anstatt darauf zu warten, bis alles perfekt ist.“

Simone Fürnschuß-Hofer

Ein Blick in die Zukunft: Wie siehst du dich als alter Mensch?

Simone Fürnschuß-Hofer: Eine inspirierende Frage. Ich möchte – gerne auch davor schon – mehr Zeit für mich und die Partnerschaft haben. Ich wünsche mir, dass ich lange über das Pensionsalter hinaus arbeiten kann, ohne dabei unbedingt Geld verdienen zu müssen. Ich möchte Zeit haben, um kreativen Dingen nachzugehen, Sirup und Marmeladen einzukochen, Vision-Boards zu machen und Texte zu schreiben, die keinen Auftraggeber haben. Ich möchte den Blick über den Tellerrand hinaus nicht verlieren. Ich möchte mir das Kümmern darüber bewahren, wie sich die Welt und Gesellschaft entwickelt und meinen Beitrag leisten. Ich möchte noch viel lernen und bereit für Veränderungen bleiben. Ich möchte tanzen, Yoga machen, reisen, in der Hängematte liegen und mit Enkeln spielen. Ich möchte mehr von der Gelassenheit und weniger von der Verkopfung. Und ich möchte mit meinen Freundinnen barfuß im Garten Tee aus selbst getöpften Tassen trinken und dabei über das reden, was uns berührt.

Bildungshaus Batschuns

Ort der Begegnung

B

Atem – Bewegung – Stimme | Tagesseminar

Heilende Energiequellen aktivieren

Sa 28. März 9.00 – 17.00 h

Dr.ⁱⁿ Lisa Malin, Feldkirch | Wien

Leid und Sinn – Was gibt Halt? | Seminar

Mi 29. April 14.00 h – 17.30 h

Sabine Leithner, DGKP, MSc Palliative Care, Grünau

Futter fürs Hirn | Vortrag *Rund um die Pflege daheim*

Di 19. Mai 18.00 – 19.30 h | Eintritt frei!

Isabelle Naumann, Physiotherapeutin, Hohenems

Sonne mit Genuss! | Vortrag *Rund um die Pflege daheim*

Mi 3. Juni 18.30 – 20.00 h | Eintritt frei!

Dr. med. univ. Katja Barlas, Bludenz

Eine bewusste Gesellschaft | Vortrag

Fr 5. Juni 19.00 – 21.30 h

David Crean, England | Kanada

Just sing – einfach singen!

Heilsame Lieder, leicht zu erlernen

Fr 26. Juni 19.00 – 21.00 h

Jamila M. Pape, Aachen | D

Info und Anmeldung: bildungshaus@bhba.at

T 055 22/44 290-0 | www.bildungshaus-batschuns.at



Wir reden mit Ihnen.
Telefonseelsorge Vorarlberg
Telefon 142
www.142online.at

**Vom Urlaubstraum
zum Traumurlaub**

- Badeferien • Erlebnisreisen
- Hotelbuchungen weltweit • Vereinsausflüge
- Transferfahrten • Rundreisen
- Schiffsreisen • Wellnessurlaube



NACHBAUR REISEN

Feldkirch • Illpark • Tel. 05522-74680 • reisen@nachbaur.at
Dornbirn • Riedgasse 11 • Tel. 05572-20404 • dornbirn@nachbaur.at
www.nachbaur.at • reisen@nachbaur.at



**Ihr innovativer
Partner mit
Sinn für Tradition.**

- + Offsetdruck
- + Digitaldruck
- + Veredelung
- + Direct Mailing

Druckerei Wenin GmbH & Co KG
Wallenmahd 29c · 6850 Dornbirn
T +43(0)5572/22888
druckerei@wenin.at · www.wenin.at

Ihre Spende würdigt das Leben bis zuletzt

Hospiz Vorarlberg durfte sich auch 2019 auf eine breite Unterstützung der Vorarlberger Bevölkerung verlassen.

Umgekehrt ist das Angebot von Hospiz Vorarlberg nur durch die große Spendenbereitschaft vieler UnterstützerInnen möglich:

Ehrenamtliche HospizbegleiterInnen im Einsatz im ganzen Land

Für Menschen in der letzten Lebensphase, aber auch in der sensiblen Zeit der Trauer und des Schmerzes leisten die 248 ehrenamtlichen HospizbegleiterInnen einen wertvollen Beitrag. Die Grundvoraussetzungen wie Empathie und Nächstenliebe bringen sie alle mit, das fundierte Fachwissen, um Menschen in der schwersten Zeit ihres Lebens professionell zu unterstützen, lernen sie in Aus- und Weiterbildungen, die regelmäßig angeboten werden.

Aufenthalt im Hospiz am See

Im Hospiz am See steht das Leben bis zuletzt im Mittelpunkt. Das Ziel ist, für unsere Gäste eine möglichst hohe Lebensqualität zu wahren. Wichtig sind auch Angebote, die das Wohlbefinden stärken: zum Beispiel Musiktherapie, Atemtherapie, Hundetherapie oder Aromapflege.

Kinder trauern anders

Vor allem auch die Begleitung von schwerkranken oder trauernden Kindern und Jugendlichen verlangt viel Feingefühl und psychologisches Grundwissen, um die Kinder bestmöglich unterstützen zu können. Trauertreffs mit speziell geschulten Ehrenamtlichen sind da eine große Hilfe für die Kinderseelen.

Angehörigen in schweren Zeiten beistehen

Menschen, die um einen lieben Verstorbenen trauern und sich mit Gleichgesinnten austauschen möchten, werden in den landesweiten Trauercafés liebevoll und professionell begleitet.

Zuhause betreut durch das Mobile Palliativteam

Auch das Mobile Palliativteam wird aus den Hospiz-Spenden mitgetragen. Dieses Team unterstützt, in Kooperation mit dem LKH Hohenems, HausärztInnen und die Pflege vor Ort in der Betreuung von PatientInnen, damit diese länger zuhause in ihrer vertrauten Umgebung bleiben können.

Herzlichen Dank an alle, die unser Anliegen mittragen und uns unterstützen!

2019 Rückblick

Ehrenamtliche Hospizteams

- 248 Frauen und Männer engagierten sich ehrenamtlich für Hospiz Vorarlberg
- 37.235 Stunden haben die Ehrenamtlichen insgesamt aufgewendet. Davon war das Hospizteam für Kinder und Jugendliche 2.459 Stunden im Einsatz und betreute 69 Betroffene.
- 8.215 Besuche wurden in Pflegeheimen gemacht, 4.062 zuhause, 2.872 im Krankenhaus.
- Trauercafés fanden in Rankweil, Riezlern, Krumbach, Bludenz, Lochau, Feldkirch und Dornbirn statt, insgesamt nahmen 383 Personen daran teil.

Hospiz am See

- 132 PatientInnen (Gäste) wurden im Hospiz am See betreut.
- Der jüngste Gast war 52 Jahre und der älteste 97 Jahre alt.
- Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer betrug 23 Tage.
- 83 Prozent der Zuweisungen kamen aus einem Krankenhaus, der andere Anteil von Haus- oder FachärztInnen.

Mobiles Palliativteam

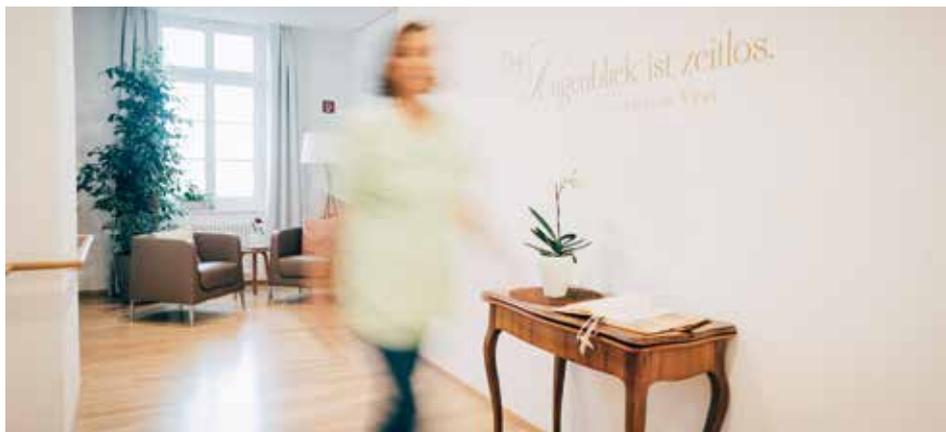
- 438 PatientInnen wurden vom Mobilem Palliativteam betreut.
- 17.419 km ist das Mobile Palliativteam zu PatientInnen gefahren.
- 69 Prozent der PatientInnen litten an einer Krebserkrankung.

Fragen?

T 05522-200 1100
hospiz@caritas.at

Sie möchten uns unterstützen?

Spendenkonto bei der Sparkasse
Caritas der Diözese Feldkirch
Zweck: „Hospiz Vorarlberg“
IBAN: AT11 2060 4031 0022 3134



**hospiz
vorarlberg**
eine Aufgabe der Caritas



**Sommer
Fest**

Franz Rimini Tanzkapelle

**Freitag, 5. Juni 2020
Gössersaal, Bregenz**

zu Gunsten von Hospiz Vorarlberg | Einlass 19.30 Uhr | Info 05522-200 1100
Kartenvorverkauf und Tischreservierung über Ländle Ticket bei
allen Raiffeisenbanken und Sparkassen in Vorarlberg, € 25,-

Impressum

Kostenlose Zeitschrift von Hospiz Vorarlberg,
hospiz@caritas.at; www.hospiz-vorarlberg.at
Redaktionsteam: Claudio Tedeschi, Elke Kager,
Karl W. Bitschnau, Elmar Simma, Mirjam Vallaster,
Kathrin Galehr-Nadler, Heidi Dolensky;
Fotos: Caritas, shutterstock, privat
Gestaltung: Heidi Dolensky
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:
Caritas Diözese Feldkirch, Wichnerg. 22, 6800 Feldkirch
Österreichische Post AG/ SP 03Z035126 N,
Lebenszeit Nr. 1/2020, Erscheinungsort: Verlagspostamt
Feldkirch, März 2020, Druck: Wenin Dornbirn;
Aktuelle Information für Interessierte,
Fördergeber und Partner der Caritas Vorarlberg.

Neue Begleiter/innen gesucht

**Über 250 Frauen und Männer sind
in Vorarlberg als ehrenamtliche
HospizbegleiterInnen tätig.**

Sie stehen Menschen mit lebensbedrohlichen Erkrankungen sowie deren Angehörigen in einer schwierigen Lebensphase bei und unterstützen sie – sei es zuhause, im Pflegeheim, im Sozialzentrum oder im Krankenhaus.



Ehrenamtliche gesucht

Hospiz Vorarlberg sucht weitere Frauen und Männer, die sich ehrenamtlich für die Begleitung von PatientInnen und Angehörigen engagieren möchten. Ehrenamtliches Engagement für Hospiz Vorarlberg ist eine herausfordernde, aber auch bereichernde Aufgabe. Für diese Tätigkeit werden die HospizbegleiterInnen in Befähigungskursen gut geschult.

Unverbindlicher Informationsabend:

Mittwoch, 4. März, 19 Uhr
im Kaplanhaus Andelsbuch

Informationen erhalten Sie gerne von Hospiz Vorarlberg

Barbara Geiger, T 05522-200 1100
E hospiz@caritas.at oder
www.hospiz-vorarlberg.at