

hospiz
vorarlberg

eine Aufgabe der **Caritas**

Lebenszeit

Hospiz Vorarlberg – Zeitschrift Nr. 1 | März 2026

Mut zur Endlichkeit

Mein Leben mit der Diagnose Krebs

Andreas Batlogg im
Gespräch, wie ihn seine
Krankheit veränderte

> Seite 4-5

Sternenkinder

Wie ehrenamtliche
Fotograf*innen wertvolle
und bleibende Erinnerungen
schaffen

> Seite 6-7

Der Sargmaler vom Bodensee

Interview mit dem Künstler
Alfred Opiolka

> Seite 10-12



Liebe Leserin, lieber Leser,

es freut mich sehr, dass Sie die neue Ausgabe der Lebenszeit in Ihren Händen halten und mit uns gemeinsam dem Thema „Mut zur Endlichkeit“ Raum und Zeit geben.

Endlichkeit ist ein Teil des Lebens und somit ein Thema, welches uns alle betrifft. Dennoch ist Endlichkeit oft mit Angst, Ungewissheit und vielen unbeantworteten Fragen verbunden. Es erfordert Mut, dem Thema Endlichkeit zu begegnen, und Mut anzuerkennen, dass Abschied zu einem Teil des Menschseins gehört.

Möge diese Ausgabe der Lebenszeit dafür sorgen, dass Endlichkeit zu einer Quelle von Klarheit wird: Klarheit, was im Leben wirklich zählt und was

wir von unserem Leben weitergeben möchten. Möge der „Mut zur Endlichkeit“ Angst in Vertrauen, Schweigen in Gespräche und Abschied in einen würdevollen und menschlichen Prozess verwandeln.

Ich schließe mit einem Zitat von Khalil Gibran: „Die Menschheit ist ein Fluss des Lichtes, der aus der Endlichkeit zur Unendlichkeit fließt“.

Und nun wünsche ich Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihre

Brigitte Scheidbach
Leiterin Hospiz Vorarlberg

2025 in Zahlen

Das erfolgreiche Wirken der engagierten Mitarbeiter*innen und ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen zeigt sich in folgenden Zahlen:

Ehrenamtliche Hospizteams

- 275 Frauen und Männer engagierten sich ehrenamtlich für Hospiz Vorarlberg.
- 37.184 Stunden wurden von den Ehrenamtlichen geleistet.
- Über 10.690 Besuche bei Patient*innen und Angehörigen fanden zu Hause, im Pflegeheim oder Krankenhaus statt.

HOKI - Hospizbegleitung für Kinder und Jugendliche

- Das Hospizteam für Kinder und Jugendliche hat im Rahmen von 255 Einsätzen 1.329 Stunden geleistet.

Es wurden 26 Kinder und Jugendliche sowie deren Familien begleitet.

- 6 Kinder und Jugendliche nahmen an der Waldgruppe teil.
- 23 Workshops in Schulen und Bildungseinrichtungen sowie 10 Vorträge zu HOKI fanden statt.

Hospiz am See

- 107 Gäste wurden betreut, die durchschnittliche Aufenthaltsdauer betrug 34 Tage.
- Der jüngste Gast war 34 Jahre und der älteste Gast 98 Jahre alt.

Kontaktstelle Trauer

- 54 Einzelbegleitungen
- 240 Besucher*innen nahmen an den Trauertreffs teil, 54 am Projekt „Tröstenden Begegnungen“.

- „Weihnachten ohne dich“ wurde von 115 Personen besucht.
- Weitere 255 Personen nahmen an Workshops, Filmabenden, Führungen und Impulsvorträgen teil.

Sie erreichen uns unter:
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



Vom Umgang mit Zeit, Endlichkeit und mit sich selbst

VON GERTRAUD HÖFLE-PETER

Obwohl Barbara Knittel schon seit vielen Jahren im Ruhestand sein könnte, ist sie nach wie vor mit viel Leidenschaft in ihrer Praxis als Psychotherapeutin tätig. Ein großes Anliegen der 85-Jährigen: Räume zu schaffen, in denen Gefühle wieder Platz haben dürfen.

Barbara Knittel empfindet es als großes Glück, mit 85 Jahren immer noch ihren Beruf als Psychotherapeutin ausüben zu können: „Ich bin privilegiert, weil ich meine Arbeit sehr gerne mache und dazu auch körperlich noch in der Lage bin.“ Ihre berufliche Laufbahn begann sie als evangelische Theologin, doch mit der Zeit spürte sie, dass sie noch näher mit Menschen zusammenarbeiten wollte. Dieser Wunsch führte sie in die Psychotherapie.

„Es braucht Unterbrechungen, sogenannte Zwischenräume.“

Barbara Knittel

Seit vielen Jahren hat Barbara Knittel eine eigene Praxis in Feldkirch. Hier konnte sie in letzter Zeit verstärkt beobachten, dass „die Menschen, die zu mir kommen, oft ein enormes Tempo in sich haben. Es kann mitunter auch richtig lange dauern, bis sie wirklich ankommen und dann auch mit einer anderen Präsenz da sein können.“ Darüber hinaus habe sich in den Therapiestunden gezeigt, dass diese Zeit in der Praxis ganz unterschiedlich wahrgenommen werde. „Manche haben am Schluss gesagt: ‚Das war jetzt aber schnell!‘ Oder: ‚Das war jetzt aber viel.‘“

Für die Psychotherapeutin ist das ein Beispiel dafür, wie wir dieselbe chronologische Zeit unterschiedlich erleben können. Ihre Erkenntnis: „Es braucht Unterbrechungen, sogenannte Zwischenräume.“

Wie diese Zwischenräume konkret ausschauen, das sei etwas sehr Individuelles. Barbara Knittel selbst schöpft etwa Kraft aus Meditation und dem Gehen. Bei ihrem morgendlichen Spaziergang erlebt die 85-Jährige, wie sich ihre Wahrnehmung und das Denken Schritt für Schritt verändern. „Da kommen Gedanken, die mich überraschen, die mir helfen und zum Teil auch fordern“, erzählt die Feldkircherin.

Empfindungen zulassen

Auch der gesellschaftliche Wandel beschäftigt Barbara Knittel sehr. Vieles befindet sich im Umbruch, Sicherheiten seien brüchig geworden und Strukturen lösen sich auf. Digitale Medien verstärken dies zusätzlich. „Wenn ich mit dem Zug fahre, sehe ich oft, wie die Menschen in ihren Handys verschwinden“, so Knittel. „Ich habe den Eindruck, es hilft ihnen zu verdrängen und manch anderes nicht wahrnehmen zu müssen.“ Auch übermäßiger Konsum oder Freizeitaktivitäten werden genutzt, um Empfindungen, die sonst auftauchen könnten, zu überdecken.

Barbara Knittel will deshalb motivieren, Räume zu schaffen, in denen Gefühle wieder Platz haben dürfen. „Das kann zum Beispiel in Begegnungen mit Menschen erfolgen, in denen etwas Ehrliches, Erdenkliches, Liebevollnes ist.“ Auch Naturerlebnisse, die Beschäftigung mit Kunst



oder Musik können helfen, innere Prozesse wahrzunehmen, ohne sie sofort zu bewerten oder zu verdrängen. „Das kann mich erfreuen, berühren oder auch erschrecken – alles darf sein.“

„Unfertig sterben“

Auch im Alter von über 80 Jahren ist Barbara Knittel neugierig und offen geblieben. Sie interessiert sich für die Lebenswelten der Jungen und hat deshalb erst kürzlich mit ihrem 18-jährigen Enkel im Kino den Science-Fiction-Film „Avatar“ angeschaut. Für ihren eigenen Umgang mit der Vergänglichkeit hat sie eine klare Haltung entwickelt: „Ich werde unfertig sterben.“ Sie hat nicht den Anspruch alles abzuschließen, sondern möchte auch weiterhin noch das Gefühl haben, „dass noch etwas im Leben hereinkommt“. Natürlich könne auch sie im Hinblick auf ihre eigene Endlichkeit zwischen durch erschrecken. „Der Tod ist etwas Unbekanntes und wir alle wissen nicht, wie lange wir noch leben werden.“ Umso wichtiger sei es, sich mit dem Gedanken vertraut zu machen und sich zu überlegen, welche Botschaft hinter diesem Erschrecken stecken könnte.

Den ganzen Menschen sehen, nicht nur den Krebs



VON KATHRIN GALEHR-NADLER

Nach einer überraschenden Krebsdiagnose musste sich Andreas Batlogg plötzlich mit der eigenen Endlichkeit auseinandersetzen. Im Interview spricht er darüber, was ihn damals getragen hat, wie die Krankheit ihn verändert hat und warum Zeit, Begegnungen und Freundschaft für ihn heute kostbarer denn je sind.

Vor acht Jahren, kurz bevor Sie ein Sabbatical geplant hatten, erhielten Sie die Diagnose Darmkrebs. Wie geht es Ihnen heute?

Andreas Batlogg: Bestens. Ich brauche keine Medikamente mehr. Die winzigen Körpernarben erinnern mich daran: Da war einmal was, damals, 2017/18. Natürlich gibt es gewisse Spätfolgen. Kollateralschäden nennt das mein Chirurg. Das ist nicht immer angenehm. So fit und belastbar wie vorher bin ich natürlich auch nicht mehr. Aber ich gelte als geheilt.

Und wie sind Sie damals mit dieser existentiellen Krise umgegangen? Woraus haben Sie Hoffnung geschöpft?

Andreas Batlogg: Die Diagnose Krebs kam für mich im September 2017 aus heiterem Himmel. Nach dem ersten Schock habe ich mich auf die Behandlung eingelassen: zuerst Chemo- und Strahlentherapie. Bis Weihnachten habe ich zwölf Kilo abgenommen. Ich wollte nur noch operiert werden. Was mich trug und stützte: Dass so viele für mich beteten und ihre Anteilnahme zeigten. Auch die Krankensalbung hat mich gestützt. Tröstlich war und ist für mich nach wie vor: Sterben bedeutet zwar ein Weggehen, aber auch ein Ankommen – aus christlicher Sicht. Ich hatte viele Sterbende während

meines Doktoratsstudiums in Innsbruck erlebt, als ich in der Klinikseelsorge mitarbeitete. Jetzt musste ich mich selbst aufs Sterben einstellen. Ich hatte viel Zeit dafür.

Sie gelten inzwischen als krebsfrei. Kann eine schwere Krankheit auch etwas Gutes hervorrufen? Können Sie rückblickend einen Sinn in Ihrer Krankheit erkennen?

Andreas Batlogg: Ach, da bin ich vorsichtig geworden. Muss man allem etwas Gutes abgewinnen können? Wenn Menschen erkranken, spielt der Zufall eine Rolle, aber auch der Lebensstil und genetische Ursachen. Was mir die Krebsdiagnose allerdings klar gemacht hat, ist, wie relativ alles ist und wie schnell von einem Tag auf den anderen alles aus sein kann. Ich bin dankbarer geworden für kleine Dinge, die mir früher nicht aufgefallen sind. Ich habe mehr Wertschätzung für Momente und Augenblicke und für Freunde. Auch für den Schmerz, wenn Beziehungen oder Freundschaften sich verflüchtigen oder auseinandergehen. Mir ist außerdem deutlicher bewusst geworden, was chronisch Kranke und lebenslang Gezeichnete durchmachen.

„Die Diagnose Krebs kam aus heiterem Himmel. Nach dem ersten Schock habe ich mich auf die Behandlung eingelassen.“

Andreas Batlogg

Wird man ein anderer Mensch, nachdem man eine schwere Krankheit überstanden hat? Was hat die Krankheit mit Ihnen gemacht, und was hat sich in Ihnen verändert?

Andreas Batlogg: Ich bin kein anderer Mensch geworden. Das wäre eine Illusion. Natürlich ist eine gewisse Sensibilität gewachsen, das Gespür für das Leiden anderer und die Dankbarkeit für ärztliche Kunst und gute Pflege. Ich war sehr privilegiert, weil der Onkologe im Beirat der Zeitschrift saß, deren Chefredakteur ich damals war. Er hat alles organisiert, und viele Ängste sind mir dadurch erspart geblieben.

Das Magazin steht unter dem Thema „Mut zur Endlichkeit“. Das Leben ist endlich, das ist zwar altbekannt, doch was bedeutet es für Sie ganz persönlich, mit der Endlichkeit aktiv umzugehen? Und wie zeigt sich für Sie dieser Mut in Ihrem Leben oder in Ihren Entscheidungen?

Andreas Batlogg: Als ich neulich mit dem Railjet von Wien nach Bregenz fuhr – das dauert fast sieben Stunden – dachte ich: Auf dem Habicht im Stubaital war ich zuletzt vor 28 Jahren, auf dem Höttinger Bild oberhalb von Innsbruck schon seit meiner Promotion nicht mehr, meine letzte Schitour habe ich vor fünf Jahren gemacht. Mir wird zunehmend bewusst, dass die Zeit dahintrast. Aus meiner Maturaklasse (1981) sind schon zwei Mitschüler verstorben, andere gehen bereits in Pension. Beim früheren Caritas-Seelsorger und Autor Elmar Simma habe ich das Motto der Hospizbewegung entdeckt: „Endlich leben“. Das ist doppeldeutig: Im Bewusstsein von Endlichkeit und Sterblichkeit leben. Aber auch leben, nicht nur dahinvegetieren und -trödeln. Zeit ist kostbar. Begegnungen sind kostbar. Freundschaft ist kostbar.

Gab es Entscheidungen, die Sie während Ihrer Krankheit treffen mussten und die viel Mut von Ihnen verlangt haben?

Andreas Batlogg: Die Sache mit dem künstlichen Ausgang, der nach vier Monaten rückverlegt werden konnte, hat mir sehr zu schaffen gemacht. Da habe ich mich blöd angestellt. Es dauerte, bis ich das akzeptieren konnte. Auf Hilfe angewiesen zu sein, für einige Zeit einen Rollator zu

verwenden: Auch das war ein Lernprozess.

Was bedeutet für Sie Heilung – geht es für Sie nur um die Heilung des Körpers, oder spielt auch die Heilung der Seele eine ebenso wichtige Rolle?

Andreas Batlogg: Der Linzer Bischof Manfred Scheuer hat beim „Welttag der Kranken“ einmal die Definition von Krankheit angesprochen: „In die Irre führt die Definition der Weltgesundheitsorganisation, die in bester Absicht dekretierte, Gesundheit sei körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden – wer aber ist dann noch gesund?“ Er verwies auf das in Medizinerkreisen augenzwinkernd vorgetragene Wort: Gesund sei eine Person, die nur noch nicht ausreichend untersucht worden ist. Was wir sehen müssen: Eine Operation ist keine Reparatur. Eine ganzheitliche Sicht ist wichtig: Ich bin mehr als meine Krankheit! Der ganze Mensch muss in den Blick kommen, nicht nur sein „Defekt“.

Sie haben ein Buch über Ihre Krebserkrankung geschrieben. Wie hat Ihnen dieser offene Umgang mit Ihrer Erkrankung geholfen, diese Zeit zu verarbeiten?

Andreas Batlogg: Der Tyrolia Verlag hat mich darum gebeten. Er war auf einen kleinen Artikel von mir aufmerksam geworden: „Ich bin für dich da.“ Mein Onkologe und Freund Fuat Oduncu hat mir gesagt: „Du kannst alles nur bewältigen, wenn Du es schreibend verarbeitest.“ Er hatte recht. Ich hatte auch eine sehr gute Lektorin. Der mir vom Leben aufgezwungene „Seitenwechsel“ – nicht mehr der Seelsorger, der Tröster, der Theologe, sondern jetzt selbst angewiesen zu sein auf Trost, auf Hoffnungsworte, auf Antworten – hat mich schon verändert. Ich gehe jetzt sparsamer mit frommen Phrasen und Vokabeln um, die routinemäßig oft viel zu schnell daherkommen.

Gibt es etwas, das Sie Betroffenen oder Angehörigen sagen möchten, die auch mit einer solchen

schweren, lebensverändernden Diagnose konfrontiert sind?

Andreas Batlogg: Vertrauen Sie Ärzten! Suchen Sie Vertrauenspersonen, mit denen Sie über ihre Ängste reden können! Heilt die Zeit Wunden? Ja, wenn ich der Zeit Zeit lasse. Und wenn ich daran arbeite! Automatisch funktioniert das nicht.



Zur Person: Andreas Batlogg wurde am 4. Oktober 1962 in Lustenau geboren und ist in Bregenz aufgewachsen. Nach der Matura studierte er in Innsbruck Theologie, 1985 trat er in den Jesuitenorden ein, 1993 erfolgte die Priesterweihe in Wien. Er war an der Universität Bamberg, Innsbruck, Graz, an der TU Dresden als Gastdozent und an der Sogang University in Seoul, Korea, tätig. Von 2009 bis 2017 war er Herausgeber und Chefredakteur der „Stimmen der Zeit“. Im Tyrolia Verlag erschien 2019 sein Buch „Durchkreuzt. Mein Leben mit der Diagnose Krebs“. Er lebt in Wien.



**Durchkreuzt
Mein Leben mit der
Diagnose Krebs**
Andreas R. Batlogg
2019, Verlag Tyrolia,
€ 20,50

„Du warst da, du warst geliebt – du fehlst“

VON ELKE KAGER

Mit einer Schwangerschaft sind viel Liebe, Vorfreude und Hoffnung verbunden. Doch was, wenn das Kind nicht lebensfähig ist und als sogenanntes „Sternenkind“ geboren wird? Mit gefühlvollen, ästhetischen Fotos schenkt der Verein „VergissMichNicht SternenKinder Fotografie“ – ein Zusammenschluss ehrenamtlich tätiger Berufsfotografen – eine bleibende Erinnerung.

„Als SternenKinder werden Kinder bezeichnet, welche während der Schwangerschaft oder unmittelbar bei oder nach der Geburt versterben“, erklärt der Obmann der VergissMichNicht SternenKinder Fotografie, Andreas Uher. Der poetisch anmutende Begriff „Sternen-



Eine ehrenamtliche Fotografin auf dem Weg, eine Erinnerung zu schaffen, die den Eltern eines Sternenkinds Trost schenken kann.

kind“ ist nicht zufällig gewählt. Er steht für die Vorstellung, dass die Kinder „den Himmel bzw. die Sterne erreicht haben, noch bevor sie das Licht der Welt erblicken durften“. Andreas Uher: „Diese Vorstellung verschafft ein klein wenig Trost und Licht, wo sonst nichts als Dunkelheit herrscht.“ In Vorarlberg geht man davon aus, dass rund 1.000 SternenKinder jährlich geboren werden, statistisch erfasst werden jedoch nur totgeborene Kinder ab einem Gewicht von 500 Gramm.

Gut gemeint ist nicht immer gut
Das Bewusstsein für dieses sensible Thema habe in den letzten Jahren ungemein an Bedeutung gewonnen, erläutert Andreas Uher. Noch bis zum Ende der 1980-er Jahre wurden „Totgeburten“ – der Begriff „SternenKinder“ hat sich erst um das Jahr 2009 etabliert – tabuisiert. „Vor allem Mütter sollten das Kind erst gar nicht zu Gesicht bekommen, geschweige denn berühren oder eine Bindung aufbauen. Eine Verabschiedung gab es nicht, ebenso wenig Gespräche oder Trauerarbeit. Es gab keine

Fotos, keine Erinnerungen, kaum tröstende Worte,“ erzählt Andreas Uher.

Ein neues Bewusstsein
„Heute wird SternenKindern und ihren Eltern endlich das Verständnis und die Akzeptanz zugestanden, die sie verdienen“, so Andreas Uher. „Heute darf getrauert und soll darüber gesprochen werden, denn wir wissen, dass das den Betroffenen hilft. Heute gibt es ein breites Unterstützungsangebot und das von Anfang an. Die Hebammen und Krankenpfleger*innen im Krankenhaus spielen dabei wohl die wichtigste Rolle. Sie sind es, die den Eltern mit viel Einfühlungsvermögen und Fachkompetenz alle Informationen geben, die sie im Moment benötigen.“ Bei der SternenKinder Fotografie nahm Deutschland eine Vorreiter-Rolle ein. „Über das Internet ist dieses Angebot auch in Vorarlberg besser bekannt geworden und so entstand bei Betroffenen der Wunsch nach Erinnerungsbildern an ihre SternenKinder“, erinnert sich der Obmann an die Anfänge.



Wie alles begann ...

Im Jahr 2020 kam eine Anfrage von Hebammen des Landeskrankenhauses Feldkirch an eine Kollegin der Vorarlberger Berufsfotografen: Eltern hatten den Wunsch, dass ihre SternenKinder professionell und ästhetisch fotografiert werden, damit sie eine bleibende Erinnerung haben. Eine Fotografin, die diese Aufgabe zuvor sporadisch übernommen hatte, stand nicht mehr zur Verfügung. „Es folgte einiges an Abstimmung und Organisation und vor fünf Jahren war es dann so weit und der Verein ‘VergissMeinNicht – SternenKind-Fotografie’ wurde ins Leben gerufen“, beschreibt Andreas Uher. Das Projekt wurde in Folge auf alle Krankenhäuser ausgeweitet. Eine Ausweitung auf andere Bundesländer ist nicht geplant. „Wir haben ein gut funktionierendes System und geben das Know-How bei Interesse aber auch gerne weiter. Wir selbst konzentrieren uns jedoch in unserer Arbeit auf Vorarlberg.“ Und weiter: „Circa jeden zehnten Tag erreicht uns eine Anfrage, ein SternenKind zu fotografieren. Alle Vereinsmitglieder arbeiten ehrenamtlich, der Verein wird hauptsächlich über Spenden finanziert.“



„Heute wird SternenKindern und ihren Eltern endlich das Verständnis und die Akzeptanz zugestanden, die sie verdienen.“

Andreas Uher,
Vorstand VergissMichNicht –
SternenKinder Fotografie

„Mit meinem Handwerk was Bleibendes schaffen“

Meist werde im Rahmen einer Untersuchung festgestellt, dass ein Kind im Mutterleib verstorben ist und so entstehe eine gewisse Zeitspanne, bis das SternenKind geboren ist, beschreibt Andreas Uher. „SternenKind-Eltern wird in den Krankenhäusern zudem der Rahmen und ausreichend Zeit geboten, sich von ihrem Baby zu verabschieden.“

Keine Situation, kein Einsatz ist mit dem anderen vergleichbar, so die Erfahrung der SternenKind-Fotografen. „Wenn wir ins Krankenhaus kommen, werden wir von den Hebammen kurz über die Familie informiert, beispielsweise, ob es Geschwisterkinder gibt oder ob das Kind schon einen Namen hat. Anschließend gehen wir gemeinsam in den Raum. Wir handhaben es so, dass wir die Eltern und das Kind begrüßen – auch das SternenKind ist eine eigene Persönlichkeit. Dann wird situativ entschieden, wie die Fotos ästhetisch und würdevoll am besten umgesetzt werden und was die Eltern als Erinnerung möchten. Natürlich überwiegen bei allen Betroffenen der Verlust und die Trauer, die im Raum steht. Das ist einerseits bedrückend, andererseits ist es tröstlich, dass ich mit meinem Handwerk etwas Bleibendes für die Eltern schaffen kann“, weiß Andreas Uher. Routine ist hingegen der technische Teil des Fotografierens. Das sei aber auch notwendig, damit die Umsetzung möglichst feinfühlig gestaltet werden kann.

Und wie finden die SternenKinder-Fotografen selbst nach einem Einsatz wieder in den Alltag zurück? Andreas Uher: „Das Erlebte wirkt durchaus noch nach. Man denkt an die Familie und fühlt mit ihnen mit. Für mich ist der Einsatz erst dann abgeschlossen, wenn ich die Erinnerungs-Box verschickt habe – da achten wir darauf, dass dies möglichst zeitnah abgewickelt wird.“

In Erinnerung an Emilia

„Das Leben ist nicht immer fair“ so lauten Zeilen aus dem Song „Schmetterling“ von Hannah Stienen. Wenn ein kleines Herz von heute auf morgen einfach nicht mehr weiterschlägt, ist das unbegreiflich. Wie nah Freud und Leid beieinanderliegen, zeigt die Geschichte von Emilia.

Scanne den QR-Code, um die berührende Geschichte von Emilia, dem SternenKind, zu erfahren:

www.sternenkind-fotografie.at/berichte/erfahrungsbericht-emilia



Facts

VergissMichNicht – SternenKinder Fotografie ist ein gemeinnütziger und ehrenamtlicher Verein mit Sitz in Vorarlberg und wurde im März 2021 gegründet. Die aktiven Mitglieder sind ausgebildete Fotografinnen und Fotografen.

Infos und Kontakt:
www.sternenkind-fotografie.at



Lehre uns, unsere Tage zu zählen



„Wia heasches?“ – „All dra“ Es gibt sogar Shirts, auf denen groß steht „all dra“. Das erinnert uns daran, dass wir möglichst viel und Gutes aus unserem Leben machen und jeden Tag intensiv leben und nützen sollen. Gut und recht, aber der Gedanke, dass unser Leben begrenzt ist und wir nur eine bestimmte Zeit leben, macht auch Druck und führt zu einem Perfektionismus. Viele meinen, sie müssten stets das Optimum erreichen. Aber wer weiß schon, was das immer ist? In der Kirche wurde uns ebenfalls sehr oft das Ideal der Sündenlosigkeit eingeprägt. Aber das bewirkt einen moralischen Stress, denn wir alle sind ja keine Heilige, wie wir oft sagen.

Deshalb möchte ich auch eine andere Seite betonen. In der japanischen Philosophie gibt es die Lehre von „Wabi-Sabi“, die besagt, dass nichts im Leben vollkommen sein muss. Wir sind es ja selbst nicht. Gerade auch das Unvollkommene, Unfertige hat einen Reiz und Charme. Im Andachtsraum vom Hospiz am See in Bregenz hängt ein eindrucksvoller Christustorso. Dem sterbenden Christus fehlen die Arme. Für mich bringt er eine tröstliche Botschaft

VON ELMAR SIMMA, SEELSORGER

Der Psalmist betet schon vor 3.000 Jahren: Herr lehre uns, unsere Tage zu zählen. (Ps 90) Das heißt doch, dass unser Leben eine begrenzte Dauer hat. Bei Goldenen Hochzeiten sage ich manchmal: „18.250 Tage habt ihr miteinander gelebt. Und weil wir alle wissen, dass wir nicht ewig leben, sollt ihr die Zeit, die euch hoffentlich noch lange geschenkt ist, bewusst und dankbar gestalten. Nichts ist selbstverständlich!“

Das Wissen um die Endlichkeit unseres Lebens, es hat einmal ein Ende, das legt natürlich nahe, dass wir möglichst viel aus unserem Leben herausholen möchten. „Hock net leer umanand!“, wurde uns als Kinder gesagt. „Tua eppas“, oder: „Ma sött dem Herrgott net da Tag schteahla!“. Und ein typischer Vorarlberger Gruß lautet:



„Es wäre gut, in jedem Tag etwas Notwendiges, etwas Nützliches und etwas Angenehmes hineinzusäen.“

Elmar Simma, Seelsorger

zum Ausdruck: Wir alle dürfen einmal als Torso, als beschädigte, unvollkommene, mangelhafte Menschen sterben. Wir müssen nicht perfekt und fehlerlos sein. Der barmherzige Gott wird dann unsere Defizite ausfüllen, wird alles vollenden und richtigstellen, was bei uns verkehrt war.

Das Wissen, dass unsere Leben endlich und die Zeit begrenzt ist, weckt zweierlei Haltungen. Einerseits ist dieses Psalmwort: *Lehre uns, unsere Tage zu zählen!* ein Aufruf, jeden Tag möglichst intensiv zu leben und zu gestalten. Das Nichtstun lähmt. „Müßiggang ist aller Laster Anfang!“, heißt ein Sprichwort.

Andererseits aber wäre es ebenfalls verkehrt, wenn wir in einen Aktivismus verfallen würden, weil wir meinen, immer etwas tun zu müssen. Die Pausen, das Zeit-Haben für ein Hobby, für das Zusammensein mit lieben Menschen, das miteinander Jassen oder Spielen oder Wandern oder Singen oder Reden, das alles ist ganz wichtig und lebensförderlich. War nicht Jesus auch bei einer Hochzeit dabei, und die dauerte damals eine ganze Woche? Und er fing erst mit Dreißig an, öffentlich zu wirken. Er hätte ja schon früher beginnen können, zu predigen und zu heilen.

Lehre uns, unsere Tage zu zählen. Also, versuchen wir einfach, mit allen Einschränkungen das Beste aus unserem Leben zu machen. Früher haben wir gelernt: Zuerst das Notwenige, dann das Nützliche, dann das Angenehme.

Die Reihenfolge muss nicht genau so sein, aber es wäre gut, in jeden Tag etwas Notwendiges, etwas Nützliches, etwas Angenehmes hineinzusäen, und wenn möglich auch einen Gedanken an Gott, der uns die Tage schenkt.

Buchtipps von Verena Brunner-Loss

www.brunnerbuch.at



Von der Gelassenheit

von Seneca

2025 Beck, 124 Seiten
978-3-406-83735-7, Euro 10,30

Wie soll der Mensch richtig leben, wenn er weiß, dass sein Leben kurz ist? Diese grundlegende Frage der Lebenskunst beantwortet der Philosoph Seneca mit Maximen und Einsichten, die bis heute nichts von ihrer Gültigkeit eingebüßt haben.



Was ist schon für immer

von Katja Lewina

2025 DuMont Buchverlag
144 Seiten
978-3-7558-0543-4, Euro 14,40

Die Autorin führt uns mit kühner Leichtigkeit durch die schwersten Gefilde des Lebens. Kann man ein schönes Buch über das Sterben schreiben? Seit zwei Jahren weiß Katja Lewina von ihrer Herzerkrankung und dass sie ihr jederzeit das Leben kosten kann. Die Diagnose bekam sie kurz nach dem plötzlichen Tod ihres siebenjährigen Sohnes. Wie reagiert das Umfeld auf Krankheit und Tod? Gibt es richtige und falsche Worte? Was gehört geklärt und was vergessen? Diesen Fragen stellt sich Katja Lewina in elf Essays ohne die üblichen Carpe-diem-Plattitüden, aber mit dem unliebsamen Reminder: Sterben geht uns alle an.



Igel, Opa und ich

von Martin Klein

2025 Tulipan, 32 Seiten,
durchgehend 4-farbig illustriert
ab 4 Jahre
978-3-86429-661-1
Euro 16,50

Eine berührende Geschichte über das Leben und seine Endlichkeit im Gang der Jahreszeiten

Im zeitigen Frühjahr taucht Herr Igel in Opas Garten auf, ein kleiner abgemagerter Kerl. Opa und Enkelkind ist schnell klar, dass er Hilfe braucht. Sie bauen ihm ein Haus aus Ziegelsteinen mit einem Handtuchbett, füttern ihn mit Katzenfutter und lesen ihm viele abenteuerliche Geschichten vor. So verbringen sie gemeinsam einen schönen Sommer. Als der Herbst kommt, wird es Zeit für Herrn Igels Winterschlaf. Doch wird er auch im nächsten Jahr wieder daraus erwachen?

Das wahre Glück ist: Gutes zu tun.

Sokrates



TECTUM
Spenglerei | Bauwerksabdichtung

Schwefelbadstr. 6
6845 Hohenems
T 05576-42710
www.tectum.cc

„Für jene, die gegangen sind, fängt ein neues Leben an“

VON ELKE KAGER

„... und das ist ein Grund zur Freude“. Davon ist Alfred Opiolka tief überzeugt. Seit 43 Jahren ist der „Sargmaler vom Bodensee“ freischaffender Künstler. „Doch in all den Jahren hat mich noch kein Thema so sehr berührt und gefesselt, wie die Arbeit mit Tod und Trauer.“

Wie sind Sie zu dem geworden, der Sie heute sind?

Alfred Opiolka: Ich bin in Polen geboren und ich lebe, seit ich neun Jahre bin, in Deutschland, genauer gesagt im Allgäu. Ich habe bei einem Kunstmaler gelernt – Fassadenmalerei, Schrift und Grafik – später bin ich in die Malerei übergegangen. Seit meinem 21. Lebensjahr bin ich als freischaffender Künstler tätig und lebe davon.

Und wie wurden Sie zum „Sargmaler vom Bodensee“?

Alfred Opiolka: Vor über zwanzig Jahren kam ein Bestatter aus Wiesbaden auf mich zu, der seine Räumlichkeiten von mir bemalt haben wollte. Ich hatte meine Zweifel, schließlich male ich hauptsächlich florale Muster in hellen Farben, aber er wollte es ganz bewusst so. Für



Wahre Kunst geht über das Leben hinaus: Jeder Sarg ist ein Unikat.

dieses sensible Thema habe ich mich vorbereitet und entsprechende Literatur gelesen. Ich war von Anfang an fasziniert. Dieser Auftrag und persönliche Erfahrungen mit dem Thema Tod haben einen anderen Menschen aus mir gemacht.

Inwieweit?

Alfred Opiolka: Der Umgang dieses Bestatters mit lebenden und nicht lebenden Kund*innen – beide sah er als Kund*innen an – hat mich nachhaltig geprägt. Der verstorbene Mensch hatte in seiner Arbeit zumindest denselben Stellenwert wie die Verwandten. Der Verstorbene wurde zuerst begrüßt und auch ihm wurde jede Handlung des Bestatters erklärt. Einen solch würdevollen Umgang habe ich zuvor nie erlebt und diese Erfahrung ist für mich bis heute Richtschnur. Die Begegnungen mit meinen Kund*innen empfinde ich als große Geschenke an mich.

Wie finden die Kund*innen zu Ihnen?

Alfred Opiolka: Rund die Hälfte meiner Kund*innen wählt zu Lebzeiten selbst einen Schrein aus, bei den Urnen sind es sogar rund 80 Prozent. Viele Menschen informieren auch die Familie, wie ihr Sarg oder ihre Urne gestaltet sein soll. Erst kürzlich habe ich einen Schrein nach Mannheim gefahren – drei Schwestern haben ihre vierte Schwester beerdigt. Sie ist einmal zufällig an meinem Laden vorbeigegangen, hat einen Folder mitgenommen und zuhause den Wunsch nach einem von mir gestalteten Sarg deponiert. Ich empfehle meinen Kund*innen immer, die Schreine schon mitten im Leben zu nutzen – und sei es als Vorratskiste oder Büroschrank. Das ist nicht pietätlos. In dem Moment ist es nichts anderes als eine bemalte, schöne Kiste. Ein Schrein ist es erst, wenn er als solcher gebraucht wird.



Was ist der Unterschied zwischen einem Schrein und einem Sarg?

Alfred Opiolka: Die unterschiedliche Bezeichnung – Schrein bedeutet laut Wörterbuch „Gefäß für einen wertvollen Inhalt“, das finde ich eine schöne Beschreibung. Ich glaube auch, dass Schrein das ursprüngliche Wort war, weil Schreiner die Säрге gefertigt haben. Oft war ja der Schreiner auch der Bestatter im Ort.

Auf der Homepage ist mir speziell auch die Champagner-Urne aufgefallen. Symbolisiert das die Lebensfreude auch über den Tod hinaus?

Alfred Opiolka: Es soll uns vor allem bewusst machen, dass wir täglich Grund haben, „Danke“ zu sagen. Diese Urne entstand auf Kundenwunsch: Ein Ehemann und Vater wollte, dass seine Frau und sein Sohn nach seinem Tod innehalten und mit Champagner auf schöne, gemeinsam verbrachte Zeiten anstoßen. Die Urne erinnert an eine kleine Bar. Die Kund*innen bekommen dazu auch eine kleine Geschichte, die ich verfasst habe: Sie ruft dazu auf, einmal jährlich innezuhalten und zu danken - mit der Zuversicht, die Flasche auch das nächste Jahr wieder selbst öffnen zu können. So sind wir auf eine sehr schöne Art mit unserer Vergänglichkeit verbunden.

Berührend sind die Bilder Ihrer Kindersärge. Ist das Gestalten eines Kindersarges schwieriger?

Alfred Opiolka: Eigentlich nicht, das liegt vermutlich daran, wie ich den Tod sehe. Es ist nur der Körper, der uns verlässt. Ich bin überzeugt, dass jeder Mensch auf dieser Welt seine Aufgabe hat und diese zu einem individuellen Zeitpunkt erledigt hat – für die/den eine*n ist dies schon nach zwei Tagen oder zwei Jahren, für den/die andere*n nach einem langen Leben. Es geht dabei nicht um den Körper, sondern um die Seele. Ich spüre: Wir kommen mit einer Aufgabe auf die Welt und wenn diese erledigt ist, können wir sie wieder verlassen.

Die Eltern sind meist mit der Situation überfordert und es ist gut, wenn jemand da ist – das können Freunde oder Angehörige sein – und ihnen die Möglichkeiten einer Bestattung aufzeigt, die für sie stimmig ist. Ich erinnere mich an ein Kind, das bei einem Rodelunfall verstorben ist. Die Eltern wollten keinen der üblichen weißen Holz-Kindersärge und so haben wir über Nacht einen Sarg in Form eines Feuerwehrautos gebaut. Da muss man nicht nur schnell, sondern auch kreativ sein.

Ihre Särge werden ohne Verschrauben verschlossen. Was ist der Grund dafür?

Alfred Opiolka: Da gibt es eine persönliche Geschichte: Als mein Vater verstorben ist, habe ich dem Bestatter beim Verschrauben des Sarges geholfen. Erst danach ist mir aufgefallen, wie unpassend das eigentlich war und es hat mich lange beschäftigt. Wenn ich eine Tür zumache, ist das ganz was anderes, als wenn ich eine Tür versperre. Ich empfinde das Verschrauben als Gewaltakt.

„Ich habe lernen dürfen, dass der Tod nichts Endgültiges ist, sondern Teil einer Bewegung: Es geht weiter!“

Alfred Opiolka

Wie ist der Titel zu Ihrem Buch „Der Tod ist grün“ entstanden?

Alfred Opiolka: Ich habe lernen dürfen, dass der Tod nichts Endgültiges ist, sondern Teil einer Bewegung: Es geht weiter! Wir stehen nicht still. Der Umgang von Trauernden ist oft sehr auf das eigene Leid bezogen: Wenn jemand verstirbt, denken wir in erster Linie nicht an den Verstorbenen, sondern sind gefangen in unserer eigenen Trauer und kommen aus unserem Schmerz nicht hinaus. Wenn man sich aber mit dem, was da kommen mag, beschäftigt, muss man zwangs-

läufig einsehen: Für ihn oder sie ist seine Aufgabe hier erledigt – er oder sie hat ausgelernt und jetzt fängt was ganz Neues an. Vielleicht hilft das Bild mit dem Umzug in ein neues Land: Das Alte wird abgeschlossen, eine neue Aufgabe kommt. Deshalb auch der Buchtitel – grün als Farbe für etwas Neues, den Aufbruch ...



Alfred Opiolkas Galerie ist einladend und mitten in der Lindauer Fußgängerzone. Der Erstkontakt ist dadurch oft zufällig.

Sterben wird als Wort allzu gerne vermieden. „Von uns gegangen“ oder „verblieben“ – warum meiden wir den Tod auch als Begriff?

Alfred Opiolka: Weil wir Angst davor haben und uns damit nicht beschäftigen. Wenn Menschen die Möglichkeit haben, über Tod und Trauer zu sprechen, tut ihnen das gut. Das erlebe ich auch oft im Geschäft: Die Kund*innen erzählen mir ihre Geschichten und Ängste, die sie nicht einmal ihren engsten Verwandten anvertrauen. Hier könnten wir von anderen Kulturen viel lernen!

Weiter auf S. 12 >

„Wenn Menschen die Möglichkeit haben, über Tod und Trauer zu sprechen, tut ihnen das gut.“

Alfred Opiolka

Abschließend noch eine sehr persönliche Frage: Wissen Sie, wie Sie sterben möchten?

Alfred Opiolka: Ich habe hier ein klares Bild. Ich werde bis zuallerletzt malen und neben einer Leinwand sterben – ein Glas Rotwein neben mir und in der Flasche bleibt noch ein kleiner Rest. Ich denke, dass man diese Vorstellung auch durchaus forcieren kann und erinnere mich dabei an meine Mutter: Sie hat den Zeitpunkt des Todes so gewählt, dass die weitverstreute Verwandtschaft anlässlich einer Hochzeit sowieso zusammengekommen ist. Sie müssen wissen: Meine Mutter war sehr pragmatisch und ich bin überzeugt, dass sie es so geplant hat.



Der Tod ist grün
Erlebnisse und Erfahrungen des Sargmalers vom Bodensee

Alfred Opiolka
2024, Gütersloher Verlagshaus, € 20,60

Info

Sargladen Lindau
Schneeberggasse 3, Lindau-Insel
www.sargladen.com

IN ERINNERUNG

Sieghard Baier

7.4.1941 – 5.1.2026



Lieber Siegi,

wir vom Förderkreis von Hospiz Vorarlberg sind sehr traurig, dass du uns verlassen hast. Oft haben wir uns darüber unterhalten, dass unsere Zeit begrenzt ist, oft haben wir darüber gesprochen, wie man den Menschen die späteste Zeit des Lebens möglichst gut machen kann, viel haben wir darüber nachgedacht, was Hospiz Vorarlberg dazu leisten kann. Du warst derjenige, der nach solchen Gesprächen immer gefragt hat: „Und, was tun wir dazu?“ Darüber zu reden war dir nicht genug, Du wolltest konkrete Ergebnisse, Du wolltest am Ende des theoretischen Gesprächs die Fixierung in der Praxis.

Mehr als zwei Jahrzehnte ist es her, dass du dich – nach deiner Pensionierung und 30-jähriger Tätigkeit als Landestourismudirektor von Vorarlberg – für andere einbringen wolltest. „Bis jetzt habe ich genommen, jetzt will ich zurückgeben“, hast du zu uns damals gemeint. Und du hast deine Begeisterung, deine Kontakte, dein Wissen dem Vorarlberger Kinderdorf und Hospiz Vorarlberg zur Verfügung gestellt. Ein unschätzbare Kapital, das damit der Öffentlichkeit nutzbar gemacht wurde.

Viele Themen von Hospiz, viele Überlegungen zum „vierten Drittel des Lebens“, zu Entscheidungen, die das Abschied nehmen betreffen,

waren Dir besonders wichtig. Und so hast Du Dich vor gut zehn Jahren außerordentlich für die Gründung des „Hospiz am See“ eingesetzt, die Eröffnung im Jänner 2018 war für dich ein Festtag.

All das kommt nicht von alleine, dafür bedarf es Menschen, die sich für diese Idee einsetzen. Du hast mehr als zwei Jahrzehnte im Vorstand des Fördervereins von Hospiz Vorarlberg mit all deinen Möglichkeiten mitgearbeitet, hast keine Mühe gescheut, hast auch zur Geselligkeit – die in solcher Arbeit besonders wichtig ist – durch deine Kenntnis vom Wein und durch entsprechende Spenden beigetragen.

Unser Kreis wird ohne dich ein anderer sein, wir werden deine treffenden Kommentare vermissen, Deine Zielstrebigkeit, mit der du uns zum Thema zurückrufst, wenn wir abschweifen. Wir werden oft an dich denken, oft von dir erzählen, sicher auch einen guten Schluck auf dich trinken, kurz: wir werden dich in bester Erinnerung behalten. Und auf diese Art wirst du zwar nicht mit uns am Tisch sitzen, aber doch bei uns sein.

Walter Fink und deine Freundinnen und Freunde vom Förderkreis von Hospiz Vorarlberg



Doris Knecht ist Schriftstellerin und Kolumnistin. Ihre letzten beiden Romane „Eine vollständige Liste aller Dinge, die ich vergessen habe“ und „Ja, nein, vielleicht“ sind bei Hanser Berlin erschienen. Sie lebt in Wien und im Waldviertel.

Die große Befreiung

VON DORIS KNECHT

Freunde von mir haben ein sehr schönes altes Haus, ein Bauernhaus, der aus Flusssteinen gemauerter Teil davon ist über 500 alt. Meine Freunde lieben ihr Haus. Sie haben großen Respekt vor seiner Geschichte und versuchen, das Haus und sein Interieur möglichst authentisch und original zu halten. Die Freunde lieben Flohmärkte, und führen dem Haus gern schöne Dinge zu, die seinem Alter entsprechen, seiner historischen aufgeladenheit: Altes Geschirr aus der Gegend, Kupfertöpfe, Bilder mit opulenten Rahmen, Holzmöbel und Keramik-Schüsseln, Kristallglas und antike Bücher. Ich liebe das Haus, es gefällt mir, und die schönen Sachen darin gefallen mir auch.

Trotzdem: Jedes Mal, wenn ich in dem schönen Haus meiner Freunde zu Besuch war, schmeiße ich danach

aus meinem kleinen Haus etwas hinaus. Ich habe nicht mehr gerne so viele Sachen um mich, vor allem keine, die ich nicht wirklich brauche.

Das hat angefangen, als ich einmal aus einer sehr großen Wohnung ausziehen musste. Wir hatten sehr lange in der großen Wohnung gewohnt, fast zwei Jahrzehnte, die Kinder waren darin groß geworden und aus vielen Sachen herausgewachsen. Wenn man die Mutter von heranwachsenden Kindern ist, bildet man sich gern ein, dass man ihre Sachen irgendwann noch brauchen wird, vielleicht hat man tief in sich drin die kleine und völlig irrationale Hoffnung, dass die Kinder in diese Dinge wieder hineinwachsen werden, anstatt zu Erwachsenen zu werden. Aber das werden sie unvermeidlich, und als wir aus dieser Wohnung auszogen, standen

wir vor einem Berg von Sachen, die nicht mehr zu uns passten und nie wieder zu uns passen würden.

Damals fing ich an auszumisten, und ich habe auch nach dem Umzug nicht wieder damit aufgehört. Immer wieder gehe ich zwischendurch durch meine Räume, schaue mir die Dinge an, die ich besitze und frage: Brauche ich dich? Wofür brauche ich dich? Benutze ich dich? Bedeutest du mir was? Warum bedeutest du mir was? Wenn ich auf diese Fragen keine befriedigende Antwort finde, kommt das Ding weg, wird verschenkt oder gespendet.

In Skandinavien gibt es für diese Tätigkeit einen Ausdruck, der in der Sekunde etwas brutal klingt: Death Cleaning, also Todesputz. Es ist sowas ähnliches wie Frühjahrsputz, und es hat einen klaren Zweck: Man will seinen Verwandten oder Freunden keinen Mist hinterlassen. Keine Wohnung, kein Haus voller Gerümpel, das sie nicht brauchen können, voller Zeug, das für sie keine Bedeutung hat. Man fängt rechtzeitig damit an, alle Dinge auszusortieren, die man nicht mehr benutzt und ehrlicherweise nie mehr benutzen wird, und deren Entsorgung man seinen Liebsten nicht aufbürden möchte. Es ist eine Art Rendezvous mit der eigenen Endlichkeit, und ein Ritual, das einem selber hilft.

Denn Death Cleaning ist gar nicht so traurig, wie es klingt: Es ist eine große Befreiung, wenn man schon in früheren Jahren damit beginnt, sich von Unwichtigem zu trennen, Zeug loszuwerden und loszulassen, das einen belastet, in der Vergangenheit festhält und einem den Raum nimmt, der plötzlich da ist, wenn er nicht mehr mit Gerümpel verstellt ist.

Auch ich habe neben den Dingen, die ich brauche, eine paar Dinge, von denen ich mich nicht trennen möchte. Kerzenleuchter und Lichterketten. Kunst. Fotos und Briefe von meinen Liebsten. Etwas Geschirr von meiner Mutter. Aber du wackliger Stuhl da: Du darfst jetzt gehen.

Wenn Zeit plötzlich kostbar wird



Jacqueline Hollenstein begleitet Familien, wenn ein Kind schwer erkrankt.

auf alles eine Antwort haben. Wenn Fragen auftauchen, die Hollenstein nicht eindeutig beantworten kann, geht sie mit den Kindern gemeinsam auf die Suche nach Antworten. „Ich frage sie zum Beispiel, welche Vorstellung sie vom Leben nach dem Tod haben und wir beginnen zu philosophieren“, erzählt die Kinderpsychologin.

Eine neutrale Bezugsperson an ihrer Seite zu haben, ist für Kinder und Jugendliche, die von einer schweren Krankheit betroffen sind, von unschätzbarem Wert. „Sie wissen oft sehr genau, was sie belastet, wollen ihre Eltern aber schützen und besprechen gewisse Dinge deshalb lieber mit jemandem von außen“, erklärt Jacqueline Hollenstein.

Gesamte Familie im Blick

Jacqueline Hollenstein, selbst dreifache Mutter, ist seit einem Jahr Teil des Mobilen Kinderpalliativ-Teams. Dreh- und Angelpunkt ihrer Arbeit sind stets die Eltern – unabhängig davon, ob ein Kind vier Monate oder 14 Jahre alt ist. „Sie sind notwendig, um die Perspektive und die Bedürfnisse des Kindes gut umsetzen zu können“, betont Hollenstein. „Die Eltern tragen so viel. Oft stellen sie ihre eigenen Bedürfnisse völlig zurück.“ Deshalb spielt die Selbstfürsorge der Erwachsenen eine wichtige Rolle in ihrer Arbeit.

Jede Geschichte ist anders

Das Mobile Kinderpalliativteam unterstützt Familien, deren Kinder von einer lebensbedrohlichen oder lebensverkürzenden Erkrankung betroffen sind. Die Begleitung beginnt meist mit einem Erstbesuch durch zwei Personen aus dem interdisziplinären Team. Dabei wird geklärt, welche medizinische, pflegerische

oder psychosoziale Unterstützung benötigt wird. Als Psychologin ist Jacqueline Hollenstein für Familien in ganz Vorarlberg zuständig. „Jede Familie bringt ihre eigene Geschichte mit. Auch wenn sich Themen wiederholen, ist keine Situation wie die andere“, sagt sie.

Den Weg gemeinsam gehen

Für Eltern ist das Loslassen oft der schwierigste Schritt. Kinder seien häufig früher bereit zu gehen, so Jacqueline Hollenstein. Sie bietet keine fertigen Lösungen an, ihre Begleitung ist geprägt von Nähe und Präsenz: „Manchmal hilft es mehr, einfach da zu sein, als viel zu reden.“ Auch nach dem Tod eines Kindes bleibt Jacqueline Hollenstein an der Seite der Familien und begleitet sie in der Trauer. Trotz der Schwere erlebt sie ihre Arbeit nicht als belastend. „Dabei hilft mir sicher mein Zugang zu diesem Thema: Ich frage mich nicht, wie furchtbar alles ist, sondern: Was kann ich tun, damit es ein Stück leichter wird?“, schildert Jacqueline Hollenstein, und ergänzt: „Die Krankheit kann ich nicht nehmen, aber ich kann helfen, diesen Weg gemeinsam zu gehen.“

Info

Das **Mobile Kinderpalliativteam** bietet neben der medizinischen Behandlung auch psychische, emotionale und soziale Unterstützung. Getragen wird das Angebot vom Krankenhaus der Stadt Dornbirn, Connexia und der Caritas.

Kontakt:
Kinderpalliativteam Vorarlberg
 Krankenhaus Dornbirn
 Lustenauerstraße 4, Dornbirn
 T 05572 303 3340
 kinderpalliativteam@dornbirn.at

VON GERTRAUD HÖFLE-PETER

Wenn ein Kind mit einer lebensbedrohlichen oder lebensverkürzenden Erkrankung konfrontiert ist, gerät das gesamte familiäre Leben aus dem Gleichgewicht. In solchen Situationen begleitet das Mobile Kinderpalliativteam die Familie. Die Kinderpsychologin Jacqueline Hollenstein ist seit einem Jahr Teil des interdisziplinären Teams – eine anspruchsvolle, aber zutiefst berührende Aufgabe.

Warum sind Mama und Papa so traurig? Was passiert mit meinen Sachen, wenn ich nicht mehr hier bin? Tut Sterben weh? Und kann ich danach noch etwas fühlen? Fragen wie diese beantwortet Jacqueline Hollenstein offen und ehrlich. Dabei ist ihr auch wichtig den Kindern zu sagen, dass auch Erwachsene nicht



„Manchmal hilft es mehr, einfach da zu sein, als viel zu reden.“

Jacqueline Hollenstein

BILDUNGSHAUS BATSCHUNS PROGRAMM

Kommunikation mit allen Sinnen mit Menschen mit Demenz

Praktisches für die Pflege daheim
 Mi 11. März 13.30 – 17.00 h

Palliative Lebenskunst

Verletzlichkeit – Vom Mut Schwäche zu zeigen.
 Di 24. März 18.30 – 20.00 h

Pflege der Achtsamkeit

Ein Kurs für alle, die sich etwas Gutes tun wollen.
 Sa 25. April 9.00 – 17.00 h

Vielfalt.LEBEN | Unterstützte Kommunikation

Für sorgende Personen von Menschen mit Behinderungen, Betreuung und Pflege
 Do 11. Juni 13.30 – 17.00 h



PROGRAMM · NEWSLETTER
 bildungshaus@bhba.at

60 Jahre
 Bildungshaus
 Batschuns



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



Ein König zu Gast im Hospiz am See

Eine Königsfigur von Ralf Knoblauch machte bis zum Dreikönigstag im Hospiz am See in Bregenz Station und lud dazu ein, über Würde, Wert und Menschsein ins Gespräch zu kommen. Die Figur ist Teil der König*innen-Reise, die anlässlich der 60-Jahr-Feier des Bildungshauses Batschuns ausgesendet wurde. Von Batschuns aus machten sich die Könige und Königinnen auf den Weg in verschiedene Institutionen. Seit der ersten Figur aus Treibholz vor 20 Jahren sind mehr als tausend König*innen weltweit unterwegs.

Der Brief, der im begleitenden Buch hinterlassen wurde, kann hier nachgelesen werden.



Erfolgreicher Abschluss

Vor kurzem haben 13 Ehrenamtliche den **HOKI-Aufbaukurs** für die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit lebensbedrohlichen Erkrankungen erfolgreich abgeschlossen. In 40 Unterrichtseinheiten erhielten die Teilnehmenden wertvolle Impulse zu Themen wie

Kindertrauer, Familiensysteme und Entwicklungspsychologie. Der Kurs kombinierte fachliche Schulung mit persönlicher Selbsterfahrung, was das Einfühlungsvermögen der Hospizbegleiter*innen stärkte. Mit diesem Wissen und der gewonnenen Erfahrung sind sie nun bestens gerüstet, betroffene Kinder und ihre Familien in schwierigen Lebensphasen zu begleiten. Herzlichen Glückwunsch an alle Absolvent*innen!



HOKI Waldgruppe: Gemeinschaft als Kraftquelle

Ein Trauer-Treff im Wald verbindet die besonderen Bedürfnisse trauernder junger Menschen mit der heilsamen Wirkung der Natur.

Trauer ist auch bei Kindern und Jugendlichen etwas sehr Individuelles: Jede*r trauert anders und unterschiedlich lange. Der Austausch mit Gleichaltrigen, die ähnliche Gefühle erleben, kann dabei eine wichtige Unterstützung sein. Deshalb bietet HOKI gemeinsam mit der Waldschule Bodensee monatlich einen Trauer-Treff für Kinder und Jugendliche in St. Arbogast in Götzis an. Die nächsten Termine: Mo., 13. April, Mo., 4. Mai, Mo., 1. Juni, jeweils von 17 bis 19 Uhr (Einstieg jederzeit möglich)

Anmeldung und Infos:

sabine.mangeng@caritas.at
M 0676-88420 5115

Impressum

Kostenlose Zeitschrift von Hospiz Vorarlberg, hospiz@caritas.at; www.hospiz-vorarlberg.at
Redaktion: Kathrin Galehr-Nadler, Elke Kager, Elmar Simma, Gertraud Höfle-Peter, Brigitte Scheidbach
Gestaltung: Silvia Wasner; Fotos: Caritas, Privat, Elke Kager, Gertraud Höfle-Peter, Philipp Mück, Heribert Corn, Oliver Bodmer, Ingo Peter, Ursula Waheed-Hutter, Darko Todorovic, Sternkind Fotografie, shutterstock (4)
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Caritas Diözese Feldkirch, Wichnerg. 22, 6800 Feldkirch
Druck: sachesieben GmbH, Dornbirn
Aktuelle Information für Interessierte, Fördergeber und Partner der Caritas Vorarlberg, Lebenszeit Nr. 1/2026, Erscheinungsort: Verlagspostamt Feldkirch, März 2026
Österreichische Post AG/SM 03Z035126 N