hospiz
vorarlberg
eine Aufgabe der **Caritas**

Lebenszeit

Hospiz Vorarlberg - Zeitschrift Nr. 2 | Juli 2022

Voneinander lernen

Zwischen Weihwasser und Fußballplatz

Ein ganz besonderer Generationen-Talk über eine Großfamilie

> Seite 4

Voneinander lernen im Reden, aber auch im Schweigen

Interview mit der früheren steirischen Landeshauptfrau Waltraud Klasnic

> Seite 8

Liebe Leserin, lieber Leser,

die aktuelle Ausgabe der Lebenszeit, die Sie gerade aufgeschlagen haben, widmet sich dem Thema „voneinander lernen“. Um voneinander lernen zu können müssen wir um einander wissen und bereit sein, unsere Lebenserfahrung zu teilen. Glücklicherweise waren viele Menschen gerne dazu bereit, ihre Geschichten und Erkenntnisse mit Ihnen zu teilen. Eine von ihnen ist die langjährige Präsidentin von Hospiz Österreich und ehemalige Landeshauptfrau der Steiermark, Waltraud Klasnic.

Diese Ausgabe der Lebenszeit enthält Geschichten vom Leben, Geschichten vom „miteinander leben“ und ganz persönliche Einsichten im Blick auf das eigene Leben. Jede einzelne Geschichte ist ein Geschenk. Ich bin mir sicher, Sie werden diese Geschichten mit Freude, Neugier und Gewinn lesen.

Viel Freude, Ihr

Karl W. Bitschnau
Leiter Hospiz Vorarlberg

„Jeder der aufhört zu lernen, ist alt, mag er zwanzig oder achtzig Jahre zählen. Jeder, der weiterlernt, ist jung, mag er zwanzig oder achtzig Jahre alt sein.“

Henry Ford

„Bildung ist nicht auf die Schule begrenzt. Sie geht unerbittlich weiter bis ans Lebensende.“

Peter Ustinov

„Lernen ist wie Rudern gegen den Strom. Sobald man aufhört, treibt man zurück.“

Benjamin Britten

Früh übt sich. Der Enkel lernt von seinem Opa das Radfahren. Beide haben ihren Spaß dabei.

„Wir haben die Uhr, ein Mensch mit Demenz hat die Zeit“

VON HEIDI DOLENSKY

Was kann man von Menschen mit Demenz lernen? Antworten auf diese Frage kennt Christian Koch. Er ist stellvertretender Heim- und Pflegedienstleiter im Bürser Sozialzentrum.

Im Haus, das mitten im Ort angesiedelt ist, wird der bestmögliche Erhalt von Lebensqualität, Selbstbestimmung und Selbständigkeit als ein hohes Gut der hochbetagten Menschen angesehen. Auch Menschen mit Demenz in verschiedenen Krankheitsstadien leben im Sozialzentrum Bürs.

Das Gespräch findet im Pavillon im Garten statt. Der warme Frühsommertag lässt dies zu. Im Hintergrund, auf einigen „Bänkle“ sitzend, unterhalten sich mehrere Bewohnerinnen sehr angeregt. Vorbeigehende Personen werden erkannt und sorgen dafür, dass den Damen der Gesprächsstoff nicht ausgeht. Der Termin mit Christian Koch ist auf eine Stunde angesetzt. So wie meistens, ganz nach der Uhr orientiert. Christian Koch erklärt gleich: „Wir haben die Uhr, ein Mensch mit Demenz hat die Zeit. Demenzerkrankte sind nicht mehr in der Zeit orientiert. Wenn wir an Demenz erkrankt wären und hinter uns ein Liegestuhl stehen würde, dann würden wir uns einfach hineinlegen. Ganz gleich, ob sich das gehört oder nicht. Ganz gleich, ob wir jetzt einen Gesprächstermin vereinbart haben.“ Christian Koch weiß wovon er spricht. Als Fachexperte hält er laufend Vorträge zum Thema „Demenz“ und ist auch als Referent in die Weiterbildung für Hospizmitarbeiter*innen eingebunden.

Auf die Frage, was wir Gesunde von Menschen mit Demenz lernen können sagt Koch: „Menschen mit Demenz leben im Hier und Jetzt und genießen es. Sie fragen sich nicht ständig – tut man das oder tut man das nicht. Das interessiert sie nicht. Wir könnten uns selbst die Frage stellen: Sind alle unsere selbst auferlegten Einschränkungen wirklich wichtig? Oder sollten wir öfters mal ganz bewusst im Moment leben und diesen einfach nur genießen?“

Ein weiteres Beispiel, was wir von Demenzerkrankten lernen können, beschreibt Christian Koch so: „Menschen mit Demenz sind sehr ehrlich, sie lügen nicht. Sie sagen, was sie fühlen. Und sie verlassen sich dabei auf ihr Bauchgefühl. Sie entscheiden spontan: Tut mir das gut oder nicht? Vielleicht sollten wir `Gesunden´ uns auch mehr darin üben nicht alles mit dem Verstand abzuwägen?“ Menschen mit Demenz achten darauf was sie spüren. Ihre kognitiven Fähigkeiten und das Kurzzeitgedächtnis sind vielfach verloren gegangen. „Dafür sind sie feinfühlig und empfänglich für die Gefühlslage des Gegenübers. Sie spüren, ob man Zeit für sie hat oder nur so tut als ob. Oder ob ihre Gesprächspartnerin oder ihr Gesprächspartner Sorgen quälen. Auch wir könnten manchmal mehr auf den Bauch hören wie auf den Kopf“, so Christian Koch abschließend.

Christian Koch mit einer Bewohnerin des Bürser Sozialzentrums

Zur Person:

Christian Koch, DGKP
seit über 20 Jahren Erfahrung im Umgang mit Menschen mit Demenz, stellvertretende Pflegedienstleitung Sozialzentrum Bürs

Zwischen Weihwasser und Fußballplatz

„Eigentlich komme ich immer zu Opa wenn es Probleme gibt – auch wenn ich mal Mist gebaut habe. Dann kann Opa schon mal Tacheles reden.“

Linus

VON MIRJAM VALLASTER

Sie wohnen nicht alle unter einem Dach, aber dennoch sind sie durch ein starkes Familienband miteinander verbunden. Die Familie von Hospiz-Mitarbeiterin Irene Christof in einem ganz besonderen Generationen-Talk über das schöne Gefühl ein Teil einer Großfamilie mit ganz viel Herz zu sein.

Ein Sprichwort sagt: „Familie ist wie ein Baum. Die Äste können in unterschiedliche Richtungen wachsen, doch die Wurzeln halten zusammen.“ Nicht allzu weit verzweigt allerdings sind die Äste der Familie Nachbaur, leben doch alle drei Generationen, das sind immerhin derzeit 18 Personen, in einem Umkreis von nur wenigen Kilometern. Die Wurzeln allerdings sind fest und unerschütterlich in Röthis verankert. Genauer bei Oma Christine und Opa Andreas, die mit 75 und 84 Jahren das Fundament der Familie sind. Aber auch die fünf Kinder und acht Enkelkinder, letztere alle männlich und zwischen vier und 23 Jahren jung, haben ihre Großeltern nur allzu gerne und selbstverständlich in ihr Leben integriert. Der 15-jährige Laurenz zum Beispiel strahlt über das ganze Gesicht, wenn er an Omas Wurstnudeln denkt, die sie sehr häufig für ihn gekocht hat, als er früher immer montags zum Essen bei Oma und Opa einkehren durfte. „Außerdem gab es nicht viele `Neins´ bei ihnen,“ lacht der junge Mann. Kam er früher noch mit dem Roller zu Oma und Opa, ist er heute mit dem Moped unterwegs, was Oma Christine schon manches Mal etwas Kummer bereitet. Spannend ist, dass Laurenz betont, vor allem den Glauben von seinen Großeltern mitbekommen zu haben: „Ich habe mein erstes Gebet von Oma und Opa gelernt und auch, dass Weihwasser eine wichtige Unterstützung für mich ist“, erzählt er, bevor er auch schon wieder auf den Fußballplatz zum Training muss.

Liebe zur Natur

Überhaupt spielen Weihwasser und der Glaube eine wichtige Rolle in der Familie. Irene Christof, Tochter von Christine und Andreas: „Seit ich mich erinnern kann, haben meine Eltern bei Prüfungen, Schularbeiten oder anderen Ereignissen immer Weihwasser und Kerzen benutzt, um uns damit zu unterstützen. Und das ist bis heute so geblieben“, erklärt die 47-jährige Caritas-Mitarbeiterin. Für die Großeltern gehört dieses Ritual fix zum Alltag dazu, denn sie sind glücklich und stolz acht gesunde Enkel zu haben, die ordentlich Schwung in ihr Leben bringen. Fast alle Jungs spielen Fußball und haben nur wenig für künstlerische Projekte übrig: „Dabei hätte ich so gerne einen Musikanten in der Familie“, lacht Oma Christine und gibt die Hoffnung nicht auf, dass vielleicht der Jüngste im Bunde ihren Wunsch erfüllen wird.

Oma Christine und **Opa Andreas**
Nachbaur mit Tochter Irene und den Enkeln Linus hinten links, Laurenz rechts und Elias auf der Bank

Gemeinsam ist allerdings allen Kindern und Enkeln die Liebe zur Natur, die sich auch stark in ihrer Berufswahl widerspiegelt. Hier hatte und hat der Opa einen wesentlichen Einfluss auf die Jungs, denn die Ausflüge mit ihm in den Wald, die Tage mit ihm auf der Alp, der Umgang mit Holz haben vor allem den 18-jährigen Linus stark geprägt, der als ausgebildeter Forstarbeiter sein Hobby zum Beruf gemacht hat und seinem Opa in vielen Dingen sehr ähnlich ist. Auch er schätzt die Besuche bei seinen Großeltern: „Eigentlich komme ich immer zu Opa wenn es Probleme gibt – auch wenn ich mal Mist gebaut habe“, erzählt der junge Mann. „Dann kann Opa schon mal Tacheles reden“ – er weiß aber auch, dass er sich immer auf den 84-Jährigen verlassen kann. Auch der 20-jährige Leander hat seine Liebe zur Natur zum Beruf gemacht und ist Förster geworden. „Daran ist Opa Schuld“, lacht er, „denn eigentlich wollte ich immer Baggerfahrer werden. Opa hat das massiv bezweifelt, ist viel mit mir in den Wald gegangen und heute bin ich froh, dass ich nicht den ganzen Tag in einem Bagger sitzen muss, sondern draußen unterwegs sein kann.“

Geschichten aus dem Leben

Elias ist mit seinen acht Jahren der Jüngste in der Gesprächsrunde und zappelt unruhig auf dem Stuhl hin und her, denn auch er hat jede Menge über Opa und Oma zu sagen: „Ich bin fast jeden Tag bei Oma und Opa, weil ich ja gleich ums Eck wohne.“ Er liebt es, mit ihnen „Mensch ärgere dich nicht zu spielen“ und hört sich gerne die Geschichten seiner Großeltern an. „Einmal hat Oma eine Scheibe mit einem Schneeball eingeschlagen – diese Geschichte finde ich besonders lustig. Außerdem ist ihr Süßigkeitenkasten immer voll“, freut sich Elias diebisch. Schade findet er nur, dass er noch nicht richtig jassen kann, denn das wird in der Familie leidenschaftlich gerne gespielt.

Oma Christine schätzt es, all ihre Lieben um sich herum zu haben, auch wenn sie zugibt inzwischen auch gern mal ihre Ruhe zu haben: „Ich interessiere mich sehr für das Leben meiner Enkelkinder und tue mir wirklich schwer mit dem Loslassen. Darum bete ich jeden Morgen für alle und spritze etwas Weihwasser, damit es allen gut geht.“ Besonders schwierig war für sie die Zeit, als eines ihrer Enkelkinder bereits im Bauch der Mutter verstorben ist. In dieser Zeit stand die Familie noch dichter als sonst beieinander und für Christine ist es heute noch selbstverständlich, dass sie neun und nicht acht Enkelkinder hat. „Das verstorbene Kind ist ein Mädchen gewesen und hat stets einen Platz in meinem Herzen.“

Familienglück pur

Bei so viel Harmonie, Liebe und Wertschätzung scheint es keine Reibungspunkte in der Familie zu geben. Oder doch? „Natürlich wird auch bei uns manches Mal heftig diskutiert“, erzählt die 75-jährige Christine. „Oma macht immer viele Fotos mit dem Handy und stellt sie dann bei sich in den Whatsapp-Status, damit sie jeder ihrer Kontakte sehen kann“, empört sich Laurenz lächelnd, denn er weiß, dass seine Oma das nur aus Liebe zu ihnen macht – und darum ist auch dieser kleine Reibungspunkt in Wahrheit eigentlich gar keiner.

Kostbarster Unterricht an den Sterbebetten

VON ELMAR SIMMA, SEELSORGER

Ja, das stimmt. Hilde Domin schreibt in einem wunderbaren Gedicht: „Jeder der geht, belehrt uns ein wenig über uns selber. Kostbarster Unterricht an den Sterbebetten. Alle Spiegel so klar, wie ein See nach großem Regen, ehe der dunstige Tag die Bilder wieder verwischt…“

Was habe ich nicht schon von Kranken und Sterbenden gelernt. Vor ein paar Tagen las ich die Todesanzeige von einem lieben Bekannten. Mehrmals habe ich in den letzten Wochen gedacht, dass ich ihn besuchen sollte. Und jetzt ist es zu spät. Sein Tod lehrt mich, gute Gedanken gleich in die Tat umzusetzen und nicht zu lange zu warten.

Aber es gibt noch tieferen Lernstoff. Von meinen vier verstorbenen Geschwistern habe ich gelernt, die alltäglichen Dienste und Verrichtungen viel mehr dankend und wertschätzend wahrzunehmen. Was ich von meinen Eltern mitbekommen habe, wird mir immer mehr bewusst, obwohl sie vor Jahrzehnten gestorben sind. Ihr Gottvertrauen prägt mich bis heute. Am Sterbebett von Mama – sie war in einem Dämmerzustand – sangen wir ihre alten Lieblingslieder: „Am Brunnen vor dem Tore“, „Wie die Blümlein draußen zittern“ und noch andere, und das tat ihr offensichtlich wohler als ein Gebetsgemurmel. Sie sagte öfters: „Ihr müassen beata, solang ihr gsund sind. Wenn ma krank ischt, kammas nümma!“

> **„Das, was wir an Sterbebetten vor allem lernen ist die Erkenntnis, dass unser Leben begrenzt ist.“**
>
> Elmar Simma

Wenn ich nur an die Verstorbenen denke, die ich in der letzten Zeit begleitet oder beerdigt habe, dann haben sie mir vieles mitgegeben. Ihre Tapferkeit, ihre Geduld, ihre Dankbarkeit, ihre Gelassenheit, ihr Lächeln beeindruckten und berührten mich, mitunter auch das Bedürfnis nach körperlichem Kontakt. Bei der Krankensalbung sage ich manchmal: „In diesem Ritual berührt dich Gott so, wie ich es tue, und er lässt sich selbst berühren von deinem Zustand. Auch er ist betroffen.“

Was ich jedes Mal neu lerne, ist die Erfahrung, dass unser Leben endlich ist, und die Einsicht, dass ich selbst früher oder später sterben werde. So lange geht es nicht mehr. Und was ist ein gutes Sterben? Ich weiß es nicht. Was ist besser: plötzlich und unerwartet abzutreten oder bewusst das letzte Wegstück zu gehen? Es kommt, wie's kommt. Das, was wir an Sterbebetten vor allem lernen, ist die Erkenntnis, dass unser Leben begrenzt ist. Angesichts des Todes wird so vieles unwichtig, zweit- und drittrangig. Und nichts kann man mitnehmen. Sich das bewusst zu machen, ist auch eine wichtige Lernerfahrung.

„Es braucht die Buntheit im Leben“

VON KATHRIN GALEHR-NADLER

Ehemann, Familienvater, Krankenpfleger, Betreuer für Menschen mit Beeinträchtigung, Hospiz-Koordinator und Liedermacher – Konrad Bönig verkörpert ganz unterschiedliche Rollen, doch bei all den Verwandlungen ist ihm ein empathischer und ehrlicher Umgang mit den Menschen, die ihm begegnen, eine Herzensangelegenheit.

Konrad Bönig stammt aus Unterfranken, doch der Liebe wegen kam er vor Jahrzehnten nach Vorarlberg und lebt hier mit seiner Familie. „In den Vorarlberger Bergen und am Thüringer Weiher habe ich meine Familie und neue Heimat gefunden“, erzählt er. Beruflich hat Konrad Bönig inzwischen fast alle Stationen in der Soziallandschaft im Ländle durchlaufen. „Immer wenn ich gespürt habe, dass es an der Zeit ist aufzubrechen, suchte ich eine neue berufliche Betätigung“, so Konrad Bönig. Er war als Krankenpfleger im Seniorenheim, als Arbeitsanleiter für Menschen mit Unterstützungsbedarf

> **„In den Vorarlberger Bergen und am Thüringer Weiher habe ich meine Familie und neue Heimat gefunden.“**
>
> Konrad Bönig

oder als Sozialbetreuer für Menschen mit Beeinträchtigung tätig. Seit ein paar Monaten ist er nun Hospizkoordinator für den Raum Feldkirch. Doch neben seiner sozialen Ader schlägt sein Herz auch für die Musik. Als Kinder-Liedermacher ist er weit über die Grenzen des Ländles bekannt, aber auch mit seinem Programm für Erwachsene. Als „Bestatter“ erzählt er Geschichten aus dem Leben „seiner Klientel“.

Aufmerksamer Beobachter

„Schon in der Schule habe ich weniger auf den Inhalt geachtet, den die Lehrer vermittelt haben, sondern auf das wie sie es gesagt haben“, erzählt er schmunzelnd. „Für meine Gymnasiallaufbahn war das nicht ideal. Geblieben ist mir, dass ich gerne Menschen und ihre Eigenarten beobachte.“ Diese Neugierde und das ehrliche Interesse an den Menschen haben auch sein berufliches Leben geprägt. „Es war mir immer sehr wichtig, bei den Menschen zu sein und in direkten Kontakt mit ihnen zu treten, sei es in der Pflege oder in der Betreuung. Das ist mir bis heute geblieben. Menschen hinterlassen bei mir oft einen tiefen Eindruck“, sagt er. „Meine Neugierde, Menschen in all ihren Facetten zu entdecken, gibt mir jeden Tag die Motivation mit Freude zur Arbeit zu gehen. Manche Eigenheit kommt dann wieder in meinen Liedern vor. Aber keine Angst: ich mag die Menschen, niemand muss sich fürchten.“

Verschiedene Perspektiven einnehmen

Von den Menschen, die ihm begegneten, hat er mit seinem feinen Gespür für Nuancen viel gelernt. „Die Dinge von verschiedenen Blickwinkeln zu sehen und andere Perspektiven einzunehmen und auch offen zu sein für die anderen, ist sehr wichtig“, so Konrad Bönig. „Es braucht die Buntheit der Ansichten im Leben, sonst würde nichts funktionieren“, ist er fest überzeugt.

Der Tod hat nichts Bedrohliches

Mit dem Thema Tod beschäftigt er sich schon lange. Bereits als junger Krankenpfleger im Krankenhaus hat er sich damit auseinandergesetzt. „Im Alltag sind wir sehr gut darin den Tod auszuklammern, weil er uns Angst macht“, spricht Bönig über seine Erfahrungen. „Doch genau das Gegenteil ist der Fall. Je mehr man sich dem Thema stellt, desto mehr verliert er von seiner Bedrohlichkeit.“ Vor einem Jahr starben beide Eltern kurz hintereinander. „Da war die Konfrontation mit dem Tod nochmals sehr intensiv, doch auch dort habe ich es nicht als etwas Bedrohliches empfunden“, so Bönig. „Der Tod ist im Grunde keine Katastrophe. Er gehört notwendig zum Leben, er lässt sich nicht vermeiden. Entscheidend ist, ob ich bereit bin, diese Realität in mein Leben zu integrieren.“

Zur Person :

Konrad Bönig
Aufgewachsen und Ausbildung zum Krankenpfleger in Unterfranken, Bayern; Alter: 59 Jahre
Familie: verheiratet mit Barbara, zwei Töchter (Paula 19 und Nora 17)

Kontakt

Hospizkoordinator
Region Feldkirch

T 05522-200 1152
M 0676-88420 5152
konrad.boenig@caritas.at

Bild links: **Waltraud Klasnic** im Kreis ihrer großen Familie

Voneinander lernen – im Reden, aber auch im Schweigen

DAS GESPRÄCH FÜHRTE
ELKE KAGER

Waltraud Klasnic vorzustellen, ist wohl nicht notwendig: Als Politikerin, frühere steirische Landeshauptfrau, Opferschutz-Anwältin und während der vergangenen 14 Jahre auch als Präsidentin von Hospiz Österreich hat sie die soziale Landschaft des Landes maßgeblich geprägt. Im Interview gibt sie – auch sehr persönliche – Einblicke zu ihren Vorbildern und dazu, wie sie selbst ihrer Familie Vorbild ist.

Von welchen Menschen haben Sie in Ihrem Leben am meisten gelernt und was haben sie Sie gelehrt?

Waltraud Klasnic: In meiner Kindheit war das selbstverständlich meine Mutter. Sie hat mich ganz einfache Dinge gelehrt, beispielsweise `Bitte´ und `Danke´ zu sagen oder den Zusammenhalt. Es war keine leichte Zeit nach dem Krieg und sie hat mich allein großgezogen. Sie hat mir gezeigt, dass man alles schaffen kann, wenn man den Willen dazu hat. So hat sie als Abwäscherin und Bedienung in einem Gasthaus gearbeitet und es trotzdem geschafft, ein Haus für uns zu bauen. Später war es meine Volksschullehrerin: Sie hat mich begeistert und meinen Wissensdurst gestillt. Nachdem ich keine Ausbildung im herkömmlichen Sinne habe – nach der Hauptschule habe ich mit 14 Jahren zu arbeiten begonnen – war das Fundament der Grundschule für mein ganzes Leben prägend. Ich hatte aber auch immer wieder Chefinnen, die mich das Leben gelehrt haben.

Sie sind fünffache Oma und zweifache Uroma. Was möchten Sie Ihren Enkel- und Urenkelkindern fürs Leben mitgeben?

Waltraud Klasnic: Man gibt vieles unbewusst mit und merkt es meist erst später. So war mir beispielsweise nicht klar, dass ich meinen Kindern meinen Ordnungssinn weitergegeben habe, bis mich meine Enkelin kürzlich darauf aufmerksam gemacht hat.

Gibt es „Familienschätze“? Den berühmten Kuchen, den nur die Oma so gut backen kann, oder Traditionen, die in der Familie hoch gehalten werden?

Waltraud Klasnic: Ich bin zwar keine gute Hausfrau (lacht), aber die Oma hat einen Familienschatz, über den sich meine Enkel und Urenkel freuen: Nach wie vor kann ich die meisten Kinderlieder von früher auswendig und, wenn die Kinder mit mir unterwegs sind, wird gesungen.

Noch eine persönliche Frage: Gibt es etwas, das Sie von Ihren Enkelkindern lernen?

Waltraud Klasnic: Ja, indem sie mir helfen, wenn mir etwas nicht gelingt. Ein Beispiel ist der Umgang mit den neuen Medien – hier sagen mir meine Enkel klar: `Du kannst es, du musst es nur versuchen´. Jüngst hat mir beispielsweise mein Enkel, der momentan in Kanada lebt, per WhatsApp bei einem technischen Problem geholfen. Ich sehe das als Partnerschaft, weil ich ihnen dann wiederum beweisen möchte, dass ich´s kann. Das Miteinander ist auch dabei für mich das Wichtigste. Manchmal allerdings muss ich mich in der schwierigsten meiner Aufgaben üben: Dem Schweigen. Das gilt nicht nur für die Familie. Denn selbst, wenn man glaubt, es besser zu wissen, ist es manchmal gut, nichts zu sagen. Ich bin jemand, der sehr auf seine persönliche Unabhängigkeit achtet und mag es ebenfalls nicht, wenn jemand meint, mir sagen zu müssen, was zu tun ist. Jede und jeder soll seinen eigenen Weg gehen.

Sie waren jetzt 14 Jahre lang Präsidentin von Hospiz Österreich. Wenn Sie kurz Resümee ziehen: Was waren markante Eckpunkte während dieser Zeit?

Waltraud Klasnic: Der Anfang war ein besonderer Moment, als mich Hildegard Teuschl gefragt hat, ob ich diese Aufgabe übernehmen kann: Ich kannte zwar die Hospizbewegung und habe sie auch unterstützt, dennoch waren mir die Aufgaben des Dachverbands Hospiz Österreich damals zu wenig bewusst. Essenziell ist heute noch die Verankerung von Hospizkultur in der Grundversorgung, also in den Alten- und Pflegeheimen und in der mobilen Pflege. Außerdem war die Etablierung von Hospiz und Palliativ Care für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene als eigener Bereich im Dachverband ganz wichtig. Auch die heuer endlich gesetzlich verankerte Regelfinanzierung der Hospiz- und Palliativversorgung ist ein wichtiger Meilenstein, für den ich mich stark eingesetzt habe.

Als Politikerin habe ich zudem erreicht, dass die anonyme Geburt in Österreich möglich ist. Es sind zwischenzeitlich über tausend Kinder, die dadurch leben. Rückblickend kann ich sagen: Es war für mich eine Herausforderung, aber auch eine große Bereicherung. Ich habe parallel dazu noch eine weitere Aufgabe, nämlich die des Opferschutzes. Beide Aufgaben sind einerseits bedrückend, aber gerade in der Hospizbewegung gab es auch viele fröhliche Augenblicke. Es ist eine großartige Gruppe, die so wichtige Arbeit leistet, egal ob im Vorstand oder im Team im Büro.

Voneinander lernen – werden das Wissen zum Umgang mit Sterben und Trauer und die Traditionen heute wieder vermehrt von Generation zu Generation weitergegeben und wie kann die Hospizbewegung hier wieder mehr Bewusstsein schaffen?

Waltraud Klasnic: Aufgrund der Pandemie, aber auch durch die Entscheidung des Verfassungsgerichtshofs wurde sehr viel über Sterben und Tod gesprochen. Das Thema hat dadurch ein anderes Fundament bekommen. Wir müssen aber sicherlich darauf achten, dass die Menschen nicht das Gefühl bekommen, sich mit dem Sterben einfach abfinden zu müssen. Es ist klar: Das Leben ist endlich. Aber wenn jährlich in Österreich 80.000 Menschen sterben, bedeutet das, dass zumindest 800.000 Menschen als Angehörige oder Freunde mit dem Tod in Berührung kommen. In dieser Trauer, die man zulassen muss, tut es unendlich gut, wenn einem jemand beisteht. Auch das Wissen, dass der/die Verstorbene gut begleitet wurde, ist tröstlich. Denn neben der Angst vor Schmerzen ist die Angst vor dem Alleinsein die größte. Ob in den Pflegeheimen oder in der Hospiz-Begleitung durch Ehrenamtliche – ich habe noch nie jemanden kennengelernt, der/die gesagt hat `jetzt ist Dienstschluss´, sondern erlebe tausendfach die Haltung: `Dieser Mensch braucht mich jetzt und ich bin für ihn da´.

Gibt es etwas, das Ihnen wichtig ist, Ihrer Nachfolgerin mitzugeben?

Waltraud Klasnic: Ich wünsche ihr, dass sie spürt, dass die Verantwortung für Hospiz Österreich eine Aufgabe für das Leben ist – und zwar für das Leben bis zur letzten Stunde. Zudem wünsche ich ihr, dass sie am Anfang so begleitet wird, wie ich begleitet wurde und auf dem aufbauen kann, was bisher geleistet wurde. Schließlich wünsche ich ihr viel Erfolg und, dass sie optimistisch in die Zukunft schauen kann.

Buchtipps von Verena Brunner-Loss

Zusammen leben. Das Fit-Prinzip für Gemeinschaft, Gesellschaft und Natur

von Remo H. Largo
978-3-596-70707-2, € 12,40
2022 FISCHER Taschenbuch
208 Seiten

Ein eindringliches Plädoyer für ein neues Menschenbild: Bestseller-Autor Remo H. Largo, der große Humanist und Arzt, entwickelt eine Vision für ein besseres Leben, eine Gesellschaft, in der sich alle Menschen frei entfalten und glücklich sein können. Er zeigt, dass dafür ein neues Denken und Handeln nötig, aber auch möglich ist und präsentiert konkrete Vorschläge, von neuen Formen des Zusammenlebens über das Grundeinkommen bis zu einer reformierten Demokratie und einem achtsamen Umgang mit der Natur. Es ist an der Zeit, unsere Welt neu zu gestalten.

17 Dinge, die wir von 80-Jährigen lernen können

von Saba Mboundza
978-3-86882-843-6, € 17,50
2017 mvg Verlag
200 Seiten, Hardcover

Wir leben im Jetzt. Was geschehen ist, ist geschehen. Dennoch kennt jeder Mensch die Situation, dass etwas im Rückblick nicht mehr viel Sinn ergibt oder umgekehrt so viel einfacher erscheint und man sich wünscht, bestimmte Lebensabschnitte mit dem Wissen von heute noch einmal wiederholen zu können. Erfahrener, entspannter und weiser würden wir ganz andere Entscheidungen treffen. Die 80-Jährigen von heute haben in ihrem Leben durch äußere Umstände oft weniger Zeit zum Grübeln gehabt als wir. Doch auch sie kennen diese sanfte Reue oder die Sehnsucht nach der eigenen Jugend. Dieses Buch gibt ihnen eine Stimme, sich zu erinnern, zu erzählen und uns aufzuzeigen, was wir für unser eigenes Leben von ihnen lernen können.

Mit offenem Blick

von Gerhard Schweizer
978-3-608-96377-9, € 22,70
2020 Klett-Cotta, 319 Seiten
Hardcover

In der Fremde lernen wir nicht nur unbekannte Kulturen kennen, sondern auch unsere eigene. Durch Globalisierung und Vernetzung sind die Menschen immer näher zusammengerückt. Gleichzeitig fehlen uns ein tieferes Verständnis und die Akzeptanz für andere Kulturen. Freiheit, Demokratie und soziale Gerechtigkeit sind in vielen Ländern Fremdwörter geblieben. Um die gegenwärtigen Entwicklungen, Veränderungen und Konflikte zu verstehen, brauchen wir eine breitere Kenntnis unseres eigenen und der fremden Kulturräume. Gerhard Schweizer plädiert für einen offenen Blick gegenüber dem Fremden, aber auch für eine reflektierte Wertschätzung der eigenen Kultur. Dies ist der Schlüssel zu einem friedlichen Miteinander in den kommenden Jahrzehnten.

Menschen

von Peter Spier
978-3-522-45979-2, € 15,50
2021 Thienemann, 48 Seiten
Hardcover

Fast 8 Milliarden Menschen leben auf der Erde. Und jeder Einzelne ist einzigartig. Es gibt Menschen mit dunkler oder mit heller Haut, junge und alte, dicke und dünne. Menschen, die in Häusern wohnen, in Zelten oder auf einem Hausboot. Manche essen mit Stäbchen und manche mit den Händen. Wie wunderbar, dass jeder von uns anders ist als irgendein anderer. Denn genau das macht die Welt bunt und lebendig.

„Wir haben das Menschliche vergessen“

VON KATHRIN GALEHR-NADLER

Sterbende Menschen brauchen Nähe und Verbundenheit. Doch gerade während der Corona-Pandemie ist das zu kurz gekommen. Davon ist die evangelische Theologin und Buchautorin Cornelia Coenen-Marx überzeugt. Auf Einladung von Hospiz Vorarlberg, connexia und dem Landesverband der Hauskrankenpflege referierte sie bei einer Fachtagung in Lauterach zum Thema „Sterben in der Nachbarschaft – für eine neue Care-Kultur“ .

Cornelia Coenen-Marx zeichnet ein düsteres Bild vom Umgang mit dem Sterben gerade in den letzten zwei Jahren während der Corona-Pandemie. „Viele Menschen sind in dieser Zeit in großer Einsamkeit gestorben, sogar die Bewohner*innen in Heimen“, sagt Coenen-Marx. „Am wichtigsten schien es zu sein, gesund zu bleiben. Aber gerade für Sterbende ist es wesentlich, mit anderen Menschen verbunden zu sein.“ Während

> **„Menschen wollen dort sterben, wo sie dazugehören.“**
>
> Cornelia Coenen-Marx

der Lockdowns schien das vergessen worden zu sein. „Es ging vor allem um Technik, um Intensivbetten und Beatmungssysteme. Isolation und Einsamkeit wurden dafür hingenommen“, so Coenen-Marx. „Das war ein großer Fehler. Wir haben hier das Menschliche vergessen.“ Doch was ist nun zu tun gegen das Alleine-Sterben? Welche Lehren können nun aus der Corona-Pandemie gezogen werden?

Für eine neue Kultur des Sterbens
Menschen wollen dort sterben, wo sie dazugehören. „Das sind in der Regel nicht die Krankenhäuser oder Heime“, stellt die Theologin fest. „Nur 20 Prozent der Menschen sterben zuhause, 80 Prozent in Einrichtungen.“ Es müsse sich auch etwas in den Heimen und Einrichtungen ändern, sie müssen sich öffnen. „Der Tod darf nicht weiter ein Tabu bleiben. Es müssen Räume und Rituale geschaffen werden, in denen Menschen, die Abschied vom Leben nehmen, eine Resonanz erfahren und einen Platz bekommen – im Leben und auch im Tod“, so Coenen-Marx. „Was früheren Generationen ganz selbstverständlich war, wie beispielsweise die Aufbahrung zu Hause im Wohnzimmer, müssen wir heute unter ganz neuen Umständen neu lernen.“

v.l.n.r: Angela Jäger, Landesverband Hauskrankenpflege; Dietmar Illmer, connexia; die Referentinnen Angelika Feichtner und Cornelia Coenen-Marx; Karl Bitschnau und Katharina Wiesflecker

Menschen zu finden,
die mit uns fühlen und empfinden,
ist wohl das schönste
Glück auf Erden.
C. Spitteler

TECTUM
Spenglerei | Bauwerksabdichtung
Schwefelbadstr. 6
6845 Hohenems
T 05576-42710
www.tectum.cc

Das Sterben soll Platz im Leben haben

VON ELKE KAGER

„Zurückkehren zur alten Normalität.“ Das wäre wohl in einen Satz gepackt das Anliegen, das die Besucher*innen eines Austausch-Abends zum Thema „Sterbekultur im Bregenzerwald“ einte. Hospizbegleiter Luis Bär organisierte federführend den Abend.

v.l.n.r.: Luis Bär, Albert Lingg, Heidi Kaufmann, Elmar Simma, Karl W. Bitschnau

„Wenn man frühere Kulturen anschaut, kann man von der Art, wie Menschen gestorben sind, auch viel über die Gesellschaft lernen“, betonte Seelsorger Elmar Simma. Die grundsätzliche Haltung der Hospizbewegung ist: „Das Sterben nicht unnötig verlängern, aber auch nicht absichtlich verkürzen.“

Lösungen, die für alle passen
Als praktische Ärztin in Mellau schilderte Heidi Kaufmann ihre Erfahrungen, gerade auch in Bezug auf die schwierigen beiden vergangenen Jahre: „Was den Bregenzerwald auszeichnet, ist sicherlich, dass man Lösungen findet, die für das ganze System passen.“ Auch der Glaube und in der ländlichen Region noch gelebte Rituale geben Halt in Zeiten des Abschied-Nehmens. Aber: „In den 1970-er-Jahren wurde das Sterben möglichst aus dem Leben ausgeklammert, junge Menschen, die damals aufgewachsen sind, haben die früher gelebte Sterbekultur nicht miterlebt und müssen sie jetzt als reife Erwachsene neu lernen.“

Ein gutes Leben bis zuletzt
Der frühere Primar des LKH Rankweil, Albert Lingg, widmete sich im Gespräch dem Thema „Assistierter Suizid“: Umfragen zeigen, dass sich die Mehrheit der Bevölkerung für die Möglichkeit aktiver Sterbehilfe ausspricht. „Das Grundprinzip des neuen Gesetzes ist es, dass jeder Mensch möglichst selbstbestimmt bis zuletzt sein Leben gestalten kann.“ Aus seiner reichen Erfahrung und engen privaten Verbindungen nach Holland – wo ja aktive Sterbehilfe schon lange erlaubt ist – steht er dem jedoch skeptisch gegenüber: „Dort wurde die Möglichkeit zur aktiven Sterbehilfe auch für psychisch kranke und Menschen mit Beeinträchtigung ausgeweitet und wird sogar für an Demenz erkrankte Menschen aktiv beworben.“ Er sieht daher mit diesem Schritt auch eine massive Veränderung und eine gewisse Verrohung der Gesellschaft einhergehen. „Je mehr wir in der Gesellschaft aufeinander schauen, desto weniger Grund haben wir, den assistierten Suizid anzuwenden.“

Sprechen wir darüber
Albert Lingg empfiehlt ebenso wie der Leiter von Hospiz Vorarlberg, Karl Bitschnau, auch mitten im Leben über das eigene Sterben zu sprechen. „Oft entfachen nach dem Tod eines Angehörigen bei den Hinterbliebenen Diskussionen, ob beispielsweise eine Erd- oder Urnenbestattung gewünscht ist.“ Auch eine Patientenverfügung bringe Entscheidungshilfen, wenn der/die Patient*in nicht mehr selbst für sich entscheiden könne.

Da sein für andere
Luis Bär ist als ehrenamtlich tätiger Hospizbegleiter einer jenen Menschen, die für andere da sind. Seine Beobachtung: „Was zunehmend verloren gegangen ist, ist sicherlich, dass man ganz unbefangen bei alten Menschen vorbeischaut. Aber gerade das wäre so wichtig: Dass die Jungen zu den Alten zu Besuch gehen, jene, die gut zu Fuß sind zu jenen, die es nicht mehr sind.“

Kontakt

Ehrenamtliche Hospizteams

T 05522-200 1100
hospiz@caritas.at
www.hospiz-vorarlberg.at

Bildungshaus Batschuns
Ort der Begegnung

Zeit für Körper, Geist und Seele | JIN SHIN JYUTSU
Samstag, 3. Sept. 9.00 – 17.00 h
Daniela Niedermayr-Mathies, Göfis
—
Lass uns über Demenz sprechen! | Gesprächsgruppe für betreuende und pflegende Personen
22. Sept. / 13. Okt. / 24. Nov. jeweils 14.00 – 16.00 h
—
Wer bis zuletzt lacht ...
Humor am Lebensende und in der Trauer
Montag, 10. Okt. 19.00 – 20.30 h
Dr.in med. Susanne Hirsmüller, M.A., M.Sc.,
Margit Schröer, Dipl.-Psychologin, Düsseldorf | D
—
***Koffer für letzte Reise* – Eine Selbsterfahrung**
Montag, 24. Okt. 9.00 – Dienstag, 25. Okt. 17.00 h
Jörg Fuhrmann DGKP MSc, Thalheim bei Wels

Info, Ort und Anmeldung: bildungshaus@bhba.at
T 05522 44290-0 | *www.bildungshaus-batschuns.at*

DEMENZ – TANDEM | Begleitung und Beratung für Angehörige und Zugehörige
Die Treffen werden von fachlich geschulten Begleiter*innen in der Nähe des Wohnortes geleitet.
Christiane Massimo, DGKP in | T +43 (664) 381 30 47
christiane.massimo@bhba.at

DRUCKEREI wenin

Druckerei Wenin GmbH & Co KG
Wallenmahd 29c · 6850 Dornbirn
T +43 (0) 55 72 / 22 888
druckerei@wenin.at · www.wenin.at

„Mein Papa ist mein Vorbild“

VON KATHRIN GALEHR-NADLER

Seit zwei Jahren ist Sabine Mangeng als Hospizbegleiterin im Team Feldkirch tätig. Doch ihr Wunsch, für Menschen am Lebensende da zu sein, war schon lange vorher da. Nach vielen Jahren als diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester und aktuell als diplomierte Sozialarbeiterin war nach dem Tod ihres Vaters vor vier Jahren der richtige Zeitpunkt für dieses Ehrenamt.

„Mein Vater war, ist und bleibt ein großes Vorbild für mich. Von ihm habe ich so viel für mein eigenes Leben gelernt“, erzählt Sabine Mangeng. „Bis zu seinem letzten Atemzug vor vier Jahren durfte ich ihn gemeinsam mit meiner Familie begleiten.“ Seine lange Krankheit hat die 47-Jährige sehr geprägt. „Seine grundpositive Einstellung dem Leben und den Menschen gegenüber, obwohl er und wir als Familie uns sehr viele Jahre aufgrund seiner Erkrankungen immer bewusst waren, er könnte auch früher sterben, war beeindruckend“, so die Feldkircherin. „Sicher gab es auch Momente des Haderns und der Verzweiflung, doch insgesamt hat mein Papa sein Schicksal und seine Erkrankungen mit einer bewundernswerten Resilienz und ganz besonders einer bedingungslosen Liebe uns und dem Leben gegenüber und nicht zuletzt mit ganz viel Humor angenommen“, erzählt die ausgebildete Gesundheits- und Krankenschwester, die seit vielen Jahren als diplomierte Sozialarbeiterin tätig ist.

Leben bis zuletzt – der Leitsatz der Hospiz – das durfte Sabine Mangeng besonders in den letzten Jahren bis zum Tod ihres Papas, erleben – bei der intensiven Begleitung bis zum letzten Atemzug. Ihre Familie und sie sprechen von einer großer Dankbarkeit darüber, diesen Weg gemeinsam gegangen zu sein.

Keine Angst vor dem Tod

Den Wunsch, ehrenamtliche Hospizbegleiterin zu werden, hegte sie schon lange. „Als junge Krankenschwester vor mehr als 20 Jahren merkte ich, wie wertvoll und bereichernd die Arbeit von Hospiz ist“, so Sabine Mangeng. Nachdem sie ihre eigene Trauerarbeit in ihr Leben integriert hatte, startete sie die Ausbildung zur Hospizbegleiterin. Seit zwei Jahren begleitet sie nun Menschen zuhause, im Pflegeheim und im Krankenhaus. Ganz wichtig ist ihr dabei, sich ganz auf die Menschen, die sie besucht und begleitet, einzulassen.

„Oft braucht es nicht viel. Es reicht schon da zu sein und eine Hand zu halten.“

Sabine Mangeng

„Oft braucht es nicht viel. Es reicht schon da zu sein und eine Hand zu halten,“ sagt sie. „Die Einsätze erden mich. Ich bin gelassener geworden und kann auch mit Situationen, in denen es drunter und drüber geht, besser umgehen.“ Was sie von den Menschen, die sie begleitet, gelernt hat, ist loslassen zu können und vor allem jeden Tag als großes Geschenk zu sehen. Auch hat sich ihr Zugang zum Tod gewandelt. „Ich habe keine Angst vor ihm. Unser aller Leben ist endlich. Durch das Vorbild meines Papas, wie er mit Leben und Tod umgegangen ist, kann ich mich mit Dankbarkeit über das Leben im hier und jetzt auf ein anderes im dort vorbereiten – und LEBEN bis zuletzt!“

Zur Person:

Sabine Mangeng
Glücklich verheiratet mit Michael
Alter: 47 Jahre
Ausbildungen: diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester und diplomierte Sozialarbeiterin,
Arbeitsplatz: a-plus Dornbirn – Begleitung von Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen in den ersten Arbeitsmarkt,
Hobbys: Musik (Nofler Chörle, Querflöte), Reisen (besonders Städtereisen), Natur, Beziehungen pflegen

Weil das Leben wertvoll ist

VON ELKE KAGER

Das Bildungshaus Batschuns ist eines der österreichweit anerkannten Kompetenzzentren im Bereich „Palliative Begleitung“ sowie „Trauer“. Seit zwölf Jahren ist Katharina Rizza Fachreferentin. Im Interview gibt sie spannende Einblicke.

Wie ist das Bildungshaus Batschuns zu dem geworden, was es heute ist?
Katharina Rizza: 1999 organisierten wir den ersten Palliativlehrgang, zuvor haben wir schon die sogenannten „Lebens-, Sterbe-, Trauerbegleitungskurse“ durchgeführt. Inzwischen haben 770 Personen den Palliativlehrgang erfolgreich abgeschlossen: Pflegepersonen, Ärzt*innen, Therapeut*innen, Seelsorger*innen und Hospizkoordinator*innen. Der Bedarf und das Bedürfnis zur Erweiterung und Vertiefung von palliativer Fachkompetenz ist gewachsen und so kamen immer mehr Angebote dazu: Seminare und Vorträge, Palliativsymposien, Palliativkurse für Pflege(fach)assistenz, Schmerzlehrgänge, EthikTagungen sowie Trauerlehrgänge mit der Großen Basisqualifikation.

Was sind für Sie die Auswahlkriterien für Referent*innen/Kursangebote?

Katharina Rizza: Ausschlaggebend sind die Kompetenz und Praxiserfahrung. Wir haben renommierte Referent*innen aus dem In- und Ausland, die gerne zu uns kommen. Sie sind am Puls der Zeit und nah am Menschen. Das ist sehr wichtig, denn die Teilnehmer*innen des Lehrgangs sind alle in der Praxis tätig. Bei den Projektarbeiten im Palliativlehrgang legen wir auch Wert auf Praxisbezug, und dass durch sie Palliative Care im beruflichen Alltag implementiert und solidiert wird.

Was hat sich in den vergangenen Jahren in Bezug auf „Palliative Care“ verändert?
Katharina Rizza: Palliative Care hat sich enorm weiterentwickelt. Vom anfänglichen Fokus auf Krebs am Ende des Lebens, werden nun auch organische Erkrankungen einbezogen und eine frühe Integration angestrebt. Frühzeitig angewendete palliative Fachkompetenz kann bewirken, dass das Leben für Betroffene noch lange Qualität hat. Ich bin seit Herbst 2008 als Fachreferentin im Bildungshaus Batschuns tätig, verfolge diese Entwicklungen sehr interessiert und versuche sie in unseren Angeboten umzusetzen.

Durch Ihre berufliche Tätigkeit befassen Sie sich intensiv mit Themen rund um Leben und Sterben. Wie weit hat sie dies auch persönlich verändert?
Katharina Rizza: Diese Frage ist nicht leicht zu beantworten. Natürlich habe ich über die Fachliteratur aber auch über das Leben im Allgemeinen viel nachgedacht. Wir sind ja ständig am Lernen und entwickeln uns weiter. Ich glaube, die Themen Sterben und Leben treiben uns alle immer irgendwie um, oder? Was ich sagen kann: Durch Palliative Care wurde mir die Kostbarkeit des Lebens noch bewusster.

Tipp

Kommunikation über Todeswünsche
Dienstag, 11. Oktober, 9 bis 17 Uhr

Todeswünsche werden von Menschen zu verschiedenen Zeiten der Erkrankung geäußert. Das Seminar gibt Anregungen zur persönlichen Reflexion, Impulse für ein wertschätzendes Gespräch über Todeswünsche sowie Informationen zur gültigen Gesetzeslage und Handlungsablauf. Eingeladen sind alle professionell Tätigen im Gesundheitswesen.

Alle Infos:
www.bildungshaus-batschuns.at

Zur Person:

Katharina Rizza
Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Studium der Philosophie und Anglistik in Heidelberg (Abschluss Staatsexamen), MSc Palliative Care.
Seit 12 Jahren als Fachreferentin für Palliative Care im Bildungshaus Batschuns tätig.

.

Das Leben feiern, auch wenn das Herz mal schwer ist

„Sterben gehört verboten." Clownfrau Lillilu – alias Lisa Suitner – hatte beim **Kinderhospiz- und Palliativtag in Feldkirch** eine einfache Lösung parat. Doch so einfach die Lösung auch wäre, sie funktioniert leider nicht. Und so machte sie mit Hospiz für Kinder, der youngCaritas sowie den TheaterKindern des Theaters am Saumarkt gemeinsame Sache, um das Thema Tod mitten ins Leben zu bringen.

Clown Lillilu zog die Kinder mit ihrem Theaterstück gänzlich in ihren Bann.

Interessierte bekamen vom **Hospizteam** fachkundige Informationen.

Wenn **Konrad Bönig** mit Kindern singt, bleibt keine Stimme leise und kein Bein ruhig.

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;
Gestaltung: Heidi Dolensky

Fotos: Caritas, shutterstock, privat;
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:
Caritas Diözese Feldkirch, Wichnerg. 22, 6800 Feldkirch
Österreichische Post AG/ SP 03Z035126 N,
Lebenszeit Nr. 2/2022,
Erscheinungsort: Verlagspostamt Feldkirch, Juli 2022,
Druck: Wenin Dornbirn;
Aktuelle Information für Interessierte,
Fördergeber und Partner der Caritas Vorarlberg.

Trauer hat viele Gesichter

Hospiz Vorarlberg lädt ein, sich bei einem gemeinsamen Nachmittagskaffee mit Menschen zu treffen, denen das Gefühl der Trauer vertraut ist.

In einer geschützten Atmosphäre sind die Besucher*innen mit allen Fragen und Gefühlen herzlich willkommen. Das Angebot richtet sich an trauernde Menschen – unabhängig davon, wie lange der Verlust zurückliegt.

Termine

Bludenz
statt Trauercafés Einzelbegleitungen

Dornbirn
Treffpunkt an der Ach
Höchsterstr. 30, Dornbirn
Erste Samstag im Monat immer von 09:30 bis 11:30 Uhr,
ohne Sommerpause

Hohenems
Maximilianstraße 8a
Samstag, 09:30 bis 11:30 Uhr
13.08., 10.09., 08.10., 12.11., 10.12.

Rankweil
Jugendheim Rankweil
(vis a vis Bahnhof Rankweil)
Freitag, 15:00 bis 17:00 Uhr
16.09., 14.10., 11.11., 09.12.

Krumbach, Lochau, Riezlern, Schruns
Termine nach der Sommerpause.
Bitte telefonisch oder per E-Mail anfragen.

Informationen erhalten Sie gerne bei: **Irene Christof**
T 0676-88420 5154
irene.christof@caritas.at