

Caritas &Du

01 | 2015

newsletter

für die Freundinnen
und Freunde des
Mobilen Caritas Hospiz



Interview

Feiert das Leben

Erich Borovnyak ist Leiter des Caritas Hospiz. Im Gespräch erzählt er, was diese Institution leistet – und vor welche Herausforderungen ihn sein Beruf stellt.

Sie sind seit 7 Jahren Leiter des Caritas Hospiz. Wie kommt man zu diesem Beruf, der ja kein ganz gewöhnlicher ist?

Ich komme aus der Wirtschaft. Meine erste Frau erkrankte mit 29 Jahren an Brustkrebs und starb mit 33 Jahren. Wir haben vier Jahre lang mit dieser Krankheit gemeinsam gut verbracht. Nach ihrem Tod habe ich mich lange mit viel Arbeit und viel Reisetätigkeit abgelenkt. Immer mehr war ich dann auf der Suche nach einer Arbeit mit Sinn.

Wem hilft das Caritas Hospiz?

Hospiz bedeutet, schwer und unheilbar kranken Menschen ein würdiges Leben bis zuletzt zu ermöglichen – und zwar unabhängig von deren finanzieller Situation. Ein würdevolles Sterben soll Wohnungslosen genauso möglich sein wie Wohlhabenden. Unsere Leistungen sind für die Betroffenen kostenlos. Daher sind wir auf Spenden angewiesen. Rund 25 Prozent unseres Budgets stammen aus Spenden. Der Rest kommt von der öffentlichen Hand.

Welche Betreuungsmöglichkeiten bietet das Caritas Hospiz?

Unsere mobilen Palliativteams sorgen dafür, dass Menschen mit schweren Erkrankungen ihren letzten Lebensweg zu Hause verbringen können. Und dass diese Menschen auch zu Hause sterben können – das ist ein sehr oft geäußerter Wunsch

der Betroffenen. Die Teams bestehen aus ÄrztInnen, PflegerInnen, SozialarbeiterInnen, einem Seelsorger und MitarbeiterInnen im Büro fallweise auch Physio- und PsychotherapeutInnen. Sie werden situationsabhängig zusammengesetzt. Ein wesentliches Element der Palliativbetreuung ist die 24-Stunden-Rufbereitschaft: Wenn es zu Krisensituationen kommt, ist immer jemand erreichbar. Oft reicht eine Beratung durch eine ÄrztIn oder PflegerIn – wenn nicht, kommt jemand vorbei. Unterstützt werden die mobilen Palliativteams von mobilen Hospizteams: Ehrenamtliche MitarbeiterInnen mit spezieller Ausbildung kümmern sich um das psychische Wohlergehen der PatientInnen. Sie sind einfach da, stützen, führen Gespräche oder halten eine Hand.

In Wien gibt es auch ein Tageshospiz. Was passiert dort?

PatientInnen werden dort als Gäste über den Tag begleitet. Das entlastet einerseits die Angehörigen zu Hause, bietet andererseits den Betroffenen die Gelegenheit zum Austausch mit anderen Schwerkranken. Da wird über den Tod oder über Alltägliches gesprochen. Die Gruppe stützt sich gegenseitig.

Das Caritas Hospiz hilft auch Angehörigen von Schwerkranken ...

Ja, wir unterstützen auch die Familie und das Umfeld der PatientInnen. Wenn

jemand in der Familie unheilbar erkrankt, ändern sich die Werte unglaublich: Beziehungen werden wichtiger, Geld, Status, alles Materielle wird unwichtiger. Es gibt Betroffene, die wollen sich noch mit bestimmten Menschen versöhnen. Da helfen wir, wo wir können. Bei kranken Müttern oder Vätern stellt sich die Frage, wie geht es mit der Familie finanziell weiter, wer wird sich um die Kinder kümmern. Wir bieten auch Trauerbegleitung an – die Betreuung endet nicht mit dem Tod, sondern manchmal erst ein, zwei Jahre danach. Zusätzlich haben wir auch noch spezialisierte Zusatzangebote wie Trauercafé, Kindertrauergruppen, „Urlaub und Hospiz“ und „Hospiz macht Schule“.

Wie viele MitarbeiterInnen sind beim Caritas Hospiz im Einsatz?

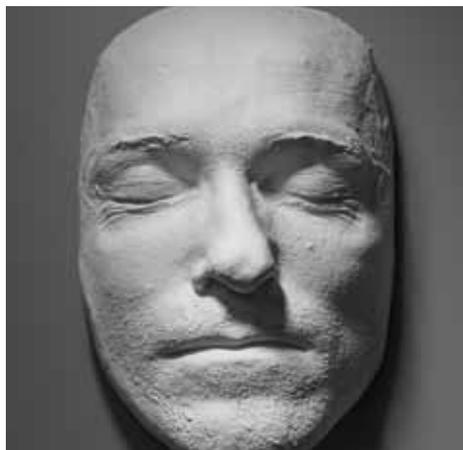
50 bezahlte und 240 ehrenamtliche MitarbeiterInnen betreuen jährlich mehr als 2000 Menschen. In Wien und Niederösterreich sind 13 ehrenamtliche Hospizteams und drei mobile Palliativteams im Einsatz.

Als Leiter des Caritas Hospiz – was ist derzeit die größte Herausforderung für Sie?

Unser Angebot ausreichend zur Verfügung zu stellen. Allein in Wien fehlen ein bis zwei stationäre Hospize. Leider mangelt es da noch am politischen Willen. Umso mehr sind wir auf Spenden angewiesen.

„Ich würde den mir wichtigen Menschen noch etwas schreiben wollen, um ein Bild davon zu geben, dass ich in meinem Leben glücklich war.“

Karl Markovics, Schauspieler und Regisseur



Im Buch „Feiert das Leben!“ erzählt **Karl Markovics** seine persönlichen Gedanken über Tod und Leben, seine Gefühle, Hoffnungen und Wünsche in Bezug auf das Sterben. Buch und Interview findet man auf www.caritashospiz.at

Im Sprechen über den Tod gewinnt das Leben nochmals an Leuchtkraft.

Was macht mein Leben wertvoll?

Für das Buch „Feiert das Leben!“ interviewten wir schwer erkrankte Menschen, deren Angehörige und Caritas-MitarbeiterInnen sowie prominente Personen, deren „Lebensmasken“ in diesem Newsletter abgebildet sind.

Wenn wir darüber nachdenken, wie wir selbst gerne sterben möchten, kann daraus eine Hommage ans Leben werden.

Schreiben Sie uns, was Ihr Leben einzigartig und wertvoll macht und wie Sie das Leben feiern.

Senden Sie Ihren Text per Post oder Email an den Freundeskreis Hospiz, Albrechtskreithgasse 19-21, 1160 Wien oder freundeskreis-hospiz@caritas-wien.at

Wir werden eine Auswahl eingesandter Texte künftig an dieser Stelle veröffentlichen.



Man muss es nicht alleine schaffen

Barbara Pachi-Eberhart hat ein Buch über das Trauern geschrieben. Uns hat sie erzählt, worauf es ankommt.

Warum gerade ich? Eine Frage, die wir uns unweigerlich stellen, wenn das Schicksal an unsere Türe klopft. In fast jedem Leben gibt es Momente, in denen plötzlich nichts mehr so ist wie vorher. Manchmal scheint es dann so, als wäre das Lebensglück für immer verloren.

Die Schriftstellerin Barbara Pachi-Eberhart kennt dieses Gefühl: 2008 verunglückten ihr Mann Heli und ihre Kinder Thimo (6) und Valentina (22 Monate) an einem unbeschränkten Bahnübergang. Sie selbst überlebte. Unfreiwillig, wie sie sagt. Doch heute, sieben Jahre nach dem Tod ihrer Familie, ist sie wieder froh, am Leben zu sein. Über ihren Weg aus der Verzweiflung zurück zur Lebensfreude hat sie ein Buch geschrieben: „Warum gerade du?“. Für Pachi-Eberhart war die Auseinandersetzung mit dieser Frage ein wichtiger Schritt der Trauerbewältigung.

„Bevor ich mich fragen kann: warum bist du gestorben,

muss ich mich fragen: Warum hast du gelebt?“, sagt die 39-Jährige. Dem Motto „Feiert das Leben“ kann die junge Frau viel abgewinnen – auch oder gerade im Angesicht des Todes. „Es ist so viel da, worüber man dankbar sein kann. Selbst in den schlimmsten Momenten gibt es kleine Wunder. Ich erinnere mich an die Tage im Krankenhaus, als meine Kinder im Sterben lagen – da hat mich eine Schwester mit Leberknödelsuppe gefüttert. Simple Zuwendung – für mich ein riesiges Geschenk. Oder: Ich weiß noch, wie ich in meiner ersten Nacht alleine zu Hause meine Daunendecke gespürt habe. Sie war warm und weich, das hat mir so gut getan.“

„Warum gerade du?“ – dieser Ratgeber bietet Menschen, die geliebte Angehörige oder Freunde verloren haben, praktische und spirituelle Hilfestellungen. „Das Wichtigste: Man muss es nicht alleine schaffen. TrauerbegleiterInnen sind sehr kraftvolle Menschen, die mitten im Leben stehen



Bild: © Ulrich Reinthaller

und eine Hand reichen können.“ Trauer sei außerdem ein biologischer Prozess, der sich im Körper abarbeite. Man solle darauf vertrauen, dass jeder Tag anders sein darf, wie das Wetter. „Mal ist die Verzweiflung groß, ein anderes Mal nur wie ein Hintergrundrauschen. Mit der Zeit wird man immer kräftiger.“

Wichtig: „Trauer darf auch ein Leben lang dauern. Kein Außenstehender sollte da über Richtig und Falsch urteilen.“

Pachl-Eberhart bezeichnet sich als gläubig, aber nicht im katholischen Sinn. „Mein Glaube wurzelt in einem tiefen Grundvertrauen: Dass ich nicht alles wissen muss. Dass es ein Außen gibt, dass das Leben schon eine gute Antwort für mich parat haben wird. All das lässt mich geborgen leben.“

Die zierliche Frau hat nach allem, was sie erlebt hat, keine Angst mehr vor dem Tod. „Das sage ich jetzt. Was dann sein wird, weiß ich natürlich nicht. Ich hoffe, dass ich bewusst sterbe, dass ich keine Rechnungen mehr offen habe mit dem Leben. Und dass ich dann von Menschen umgeben bin, die mir die Hingabe an den Tod erlauben statt ihn verdrängen zu wollen.“ Was sie machen würde, wenn sie wüsste, dass sie nur noch ein Jahr zu leben

hätte? „Kochen, Bilder malen, Gedichte schreiben und mit meinem Liebsten nach Skandinavien reisen.“



Angebote für trauernde Menschen in Wien

Kontaktstelle Trauer der Caritas

Leitung: Poli Zach-Sofaly

T: 0664/848 25 17

E: kontaktstelletrauer@caritas-wien.at

Individuelle Beratungsgespräche, Gesprächsgruppen für Erwachsene und Jugendliche, Wandertage, Tänze der Trauer und des Trostes

Trauercafé

jeden dritten Mittwoch im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr
Cafeteria des Kardinal-König-Hauses
Kardinal König Platz 3, 1130
Keine Voranmeldung erforderlich!

Angebote für trauernde Menschen in NÖ

Trauergruppen für Erwachsene

in NÖ – Ort und Termine erfahren Sie bei den jeweiligen KoordinatorInnen in der Region, Tel. Nr. siehe letzte Seite

Gruppe für trauernde Kinder in der Region Mistelbach

Information und Termine:

Angela Siquans T: 0664/829 44 74

E: angela.siquans@caritas-wien.at

Gruppe für trauernde Kinder in der Region Gänserndorf

Information und Termine:

Andrea Redlich T: 0664/829 44 62

E: andrea.redlich@caritas-wien.at

Trauer frei Räume

Ein gemeinsames, begleitetes Wochenende für trauernde junge Erwachsene im Alter zwischen 17 und 27 Jahren. Es bietet die Möglichkeit über Impulse miteinander ins Gespräch zu kommen und in „trauerfreien“ Räumen mit Spiel und Spaß Gemeinschaft zu erleben. Unter dem Motto „Take your best friend“ kann man auch mit einem nahestehenden Menschen teilnehmen.

Nächster Termin: 19. bis 21.6.2015,

Burg Rappottenstein

Karin Böck, karin.boeck@caritas-wien.at

Hospiz macht Schule

Falls Sie als Schulklasse Interesse haben sich mit dem Thema Abschied, Trauer, Tod auseinanderzusetzen, ersuchen wir Sie um Kontaktaufnahme mit den jeweiligen KoordinatorInnen in der Region.

Tel. Nr. siehe letzte Seite.

„Ich habe mein Leben immer so gelebt, dass ich auch zufrieden wäre, wenn es morgen vorbei wäre.“

Josef Zotter, Schokolade-Fabrikant

Caritas Pflegeangebote & Adressen

Schwere und unheilbare Krankheiten stellen betroffene PatientInnen und Angehörige vor vielfältige Probleme und Anforderungen. Sie zeigen aber auch, wie wertvoll das Leben in jedem Moment ist und erinnern daran, dass Gesundheit nicht selbstverständlich ist.

Viele Familien wünschen sich, dass sie diese schwere Zeit gemeinsam zu Hause verbringen können. Allen Betroffenen sollte dabei Mut zugesprochen werden, in herausfordernden Situationen Hilfe von außen anzunehmen. Die Caritas kann durch ihre professionellen Kräfte und dem freiwilligem Engagement die notwendige Unterstützung anbieten, um gemeinsam

mit Angehörigen, Freunden und Nachbarn den PatientInnen eine alltagsnahe und geborgene Lebenssituation zu ermöglichen. Neben dem Mobilien Hospiz in Wien und NÖ und dem Tageshospiz in Wien, stellt die Caritas eine Reihe weiterer Angebote rund um das Thema Pflege & Beratung zur Verfügung.

Mit dem Angebot **Betreuen und Pflegen Zuhause** wird auch in schwierigen Pflegesituationen ein Leben zu Hause möglich. Die individuelle Unterstützung, Betreuung und Pflege wird mit Ihnen bzw. den in Ihre Pflege involvierten Personen vereinbart. Auch kurzfristige Betreuungen sind möglich. Informationen dazu bekommen Sie in Wien unter T: 01/ 878 12-360, betreuenundpflegen-wien@caritas-wien.at; in NÖ unter T: 01/87812-340, betreuenundpflegen-noe@caritas-wien.at

Für eine **24-Stunden-Betreuung** berät die Caritas persönlich über organisatorische Fragen, Rahmenbedingungen, Kosten oder Förderungen und vermittelt erfahrene, sorgfältig ausgewählte, selbständige PersonenbetreuerInnen. Mit regelmäßigen Qualitätsvisiten stellen wir eine hohe Betreuungsqualität sicher. Informationen in Wien und NÖ unter T: 0810-242580, office@caritas-rundumbetreut.at

Die **Familienhilfe** in Wien und NÖ bietet Hilfe für Familien in Notlagen und Krisensituationen. Eine Familienhelferin kommt direkt in Ihre Familie und unterstützt Sie bei der Kinderbetreuung, notwendigen Haushaltsarbeiten sowie Ämter- und Behördenwegen und sorgt so für die Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung des stabilen häuslichen Umfelds. Weitere Informationen und Anmeldung unter T: 01/544 37 51, familienhilfe@caritas-wien.at

Mit dem **Notruftelefon** der Caritas für pflegebedürftige Menschen sind Sie nach einem Sturz oder im Notfall sicher. Durch einen Knopfdruck auf eine Halskette oder ein Armband rufen Sie in unserer Notrufzentrale an, und diese verständigt, je nach Situation, Angehörige oder Rettung. Wien T: 01/5452066, NÖ T: 0664/8482611, notruftelefon@caritas-wien.at

Betreuung und Pflege durch Angehörige wird oft als selbstverständlich betrachtet. Wie viel Kraft, Energie oder Organisationstalent die Pflegenden täglich aufbringen, wird selten gesehen. Die **Psychosoziale Angehörigenberatung** wird in Wien angeboten und umfasst neben einer kostenlosen Beratung, beispielsweise Gesprächsmöglichkeit



Pflegetipps

über Sorgen und Ängste, Trauerberatung und -begleitung auch Gesprächsgruppen für Angehörige, die an Demenz erkrankte Menschen betreuen. InteressentInnen aus Niederösterreich können, wenn die Anfahrt nach Wien nicht möglich ist, eine telefonische Beratungsstunde vereinbaren. Die Psychosoziale Angehörigenberatung ist erreichbar unter T: 0664/842 96 09 oder T: 0664/ 825 22 58.

Im Rahmen des Projekts „**Entlastung bei Demenz**“ können sich Angehörige von Menschen mit Demenz an die regionalen ProjektkoordinatorInnen in Wien 8, T: 0664/621 72 30, bzw. in Wiener Neustadt, T: 0664/8429682 wenden. Der „Treffpunkt Zeitreise“ und Besuchsdienste bieten ab einem frühen Krankheitsstadium Entlastung und Unterstützung an.

In manchen Fällen ist ein Leben zu Hause nicht mehr oder vorübergehend nicht mehr möglich. Die **Senioren- und Pflegehäuser** der Caritas bieten Kurzzeitpflege oder ein dauerhaftes neues Zuhause an. Zwei unserer Häuser verfügen über ein geriatrisches Tageszentrum mit Betreuung und Pflege und einem abwechslungsreichen Programm. Informationen dazu finden Sie unter: T: 01/878 12-340, betreuenundpflegen@caritas-wien.at

Entspannungsbad

in 2-3 Eßlöffel Honig oder 2 Handvoll Meersalz oder 50 ml Obers oder Milch mischt man 3 Tropfen Geranie 3 Tropfen Orange und 3 Tropfen Lavendel

Erkältungsbad

in 2-3 Eßlöffel Honig oder 2 Handvoll Meersalz oder 50 ml Obers oder Milch mischt man 4 Tropfen Cajeput 2 Tropfen Benzoesium und 2 Tropfen Zitrone

Körperreinigung

in 2-3 Eßlöffel Honig oder 2 Handvoll Meersalz oder 50 ml Obers oder Milch mischt man 2-3 Tropfen ätherisches Öl, z.B. 2-3 Tropfen Lavendel zum Entspannen, (oder einen anderen Lieblingsduft) auf 4L Wasser

Hautpflege

50 ml Milch mit 2 EL Olivenöl vermischen. Nach dem Waschen die Haut nur ganz leicht abtrocknen. Besonders bei trockener und schuppiger Haut anwenden.

Die Pflegetipps für Erwachsene stammen von Elisabeth Bayer DGKS, EA MA im MHT Mistelbach

Termine

Urlaub und Hospiz

Präsentation des Projektes am 22.4.2015 um 19 Uhr
im Bildungshaus Großrußbach,
Schloßbergstraße 8, 2114 Großrußbach
Anmeldung erbeten: bildungshaus.grossrußbach@edw.or.at

Benefizball

Organisiert von ÄrztInnen Wien Süd und Umgebung
Freitag, 24. April 2015,
im Kultursaal Vösendorf, Kindbergstraße 12
Kartenvorverkauf: mloe@aon.at
Infos unter www.miz23.at/veranstaltungen

Benefizkonzert

für das Mobile Kinderhospiz MOMO
Die Sinfonia Academica spielt Werke von Mozart bis Strauss
am 21. Mai 2015, um 19 Uhr im Raiffeisensaal
Friedrich-Wilhelm Raiffeisen Platz 1, 1020 Wien
Tickets um 21,-/26,- EUR
über die Raiffeisenbanken Wien und NÖ

Kontakte

Wir beraten und informieren Sie:

Mobiles Caritas Hospiz Wien und Tageshospiz:
Erlaaer Platz 4, 1230 Wien
T: 01/865 28 60
hospiz-wien@caritas-wien.at

Mobiles Caritas Hospiz NÖ,

hospiz-noe@caritas-wien.at

in den Regionen:

| | |
|------------------------|-------------------|
| Bruck | T: 0664/829 44 73 |
| Bucklige Welt | T: 0664/829 44 80 |
| Gänserndorf/Marchfeld | T: 0664/829 44 62 |
| Hollabrunn/Retz | T: 0664/829 44 76 |
| Korneuburg/Stockerau | T: 0664/829 44 71 |
| Neunkirchen | T: 0664/829 44 80 |
| Schwechat | T: 0664/829 44 73 |
| Wolkersdorf/Mistelbach | T: 0664/829 44 74 |
| Wr. Neustadt | T: 0664/829 44 72 |
| Zistersdorf | T: 0664/829 44 62 |

Freundeskreis Hospiz

Alicia Waldstein
Freundeskreis-hospiz@caritas-wien.at
T: 0664/887 98 717

Danke

den Angehörigen,
die Ablöse von Kranz-
und Blumenspenden
bei Begräbnissen dem
Mobilen Caritas Hospiz widmen.

Allen SpenderInnen,
HelferInnen, SponsorInnen,
FreundInnen und FörderInnen –
durch Ihren Beitrag helfen
Sie uns helfen!

Impressum:

Redaktion: Elisabeth Bayer, Karin Böck, Erich Borovnyak, Sigrid Boschert,
Waltraud Fastl, Ilse Frisch, Sylvia Laszlo, Norbert Partl, Kurt Riha,
Bettina Riha-Fink, August Rosenkranz, Daniela Tomasovsky, Alicia Waldstein
Redaktionsanschrift: Albrechtskreithgasse 19-21,
1160 Wien, office@caritas-wien.at
Fotos: Johannes Hloch, Ulrich Reinthaller, Reiner Riedler
Layout: Marion Takhi, **Druck:** Medienfabrik Graz GmbH, 8020 Graz.
Besuchen Sie uns auch auf unserer Homepage: www.caritashospiz.at