



MITT

Beherzt und engagiert für das Hospiz

Manuela Weichert: erste Nationalrätin aus dem Kanton Zug und «unsere» Botschafterin. Sie ist eine, die lieber selbst mitgestaltet, als sich aufzuregen, wenn etwas nicht nach ihren Vorstellungen läuft.

ab Seite 24

Persönlich

Rebekka Toniolo
Schmid & Marco
Toniolo: ausserhalb
von Zeit und Raum

Seite 4

Aus dem Hospiz

Marie-Theres
Habermacher: im
Sterbeprozess
begleiten

Seite 10

Portrait

Rita Schwarzenberger:
Herzen hören und
aus der Seele leben

16

Interview

Dr. med. Martina
Steiner: gut gang-
bare Wege finden

20

3 Editorial
 4 Persönlich
 Rebekka Toniolo Schmid & Marco Toniolo:
 ausserhalb von Zeit
 und Raum
Aus dem Hospiz
 9 Sie wollen im Hospiz
 arbeiten?
 10 Marie-Theres Habermacher:
 im Sterbeprozess begleiten
 14 *Katzengeschichten*
 Jimini's Hospiz-Alltag
 15 *Buchtipps*
 Elisabeth Kübler-Ross:
 Verstehen, was Sterbende
 sagen wollen
 16 *Portrait*
 Rita Schwarzenberger:
 Herzen hören und aus der
 Seele leben
 20 *Interview*
 Dr. med. Martina Steiner:
 gut gangbare Wege finden
 24 *Botschafter*
 Manueala Weichelt:
 Lieber aktiv mitgestalten,
 als passiv maulen
 28 *Veranstaltungen*
 29 *Aus dem Hospiz*
 Die besondere Spende
 Brauchtum
 30 *Spenden*
 Der Hospiz-Schirm



«Der Zauber der Hoffnung kennt unendlich viele Lichter die sich nicht löschen lassen.»

– Monika Minder

Impressum

Ausgabe: Dezember 2022
Herausgeber: Stiftung Hospiz Zentralschweiz, Gasshofstrasse 18, 6014 Luzern
Text, Redaktion: wortsprudel.ch, Luzern
Layout/Grafik: concept media, Luzern | **Fotos:** Delussu Fotografie, Luzern
Druck: Druckerei Ebikon AG, Ebikon | **Auflage:** 5900 Exemplare
Beiträge und Inserate: Bitte per E-Mail an medien@hops.ch.
 Leserbriefe und Rückmeldungen sind herzlich willkommen.
Anmerkung: In unseren Beiträgen verzichten wir bewusst darauf, jeweils die weibliche und die männliche Form zu verwenden. Dies, damit die Texte leicht lesbar bleiben.



MUT Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Wir sprechen oft vom Kreislauf des Lebens und meinen damit meist die wechselnden Jahreszeiten. Doch auch das menschliche Leben bewegt sich in Kreisläufen, in kleinen und in grossen. Wir alle tragen den Anfang und das Ende vieler Bewegungen in uns. Und auf ein Ende folgt wieder ein Beginn.

Marie-Theres Habermacher schliesst auch einen Kreis: Sie hat bereits in der Projektzeit des Hospizes Zentralschweiz aktiv mitgearbeitet und in diesen ersten drei Betriebsjahren als Mitarbeiterin des Spiritual Care-Teams und als Psychotherapeutin sehr viel wertvolle Arbeit geleistet, nach aussen wie nach innen. Jetzt legt sie ihren Schwerpunkt ins Private. Lesen Sie ihren persönlichen Rückblick auf ihre Hospizzeit ab Seite 10.

Den grossen Lebensbogen sieht man beim Tod eines Menschen deutlich und klar. Angehörige, die ein Familienmitglied oder einen Freund im Hospiz begleitet haben, erleben das immer wieder. Auch in dieser Ausgabe kommen Angehörige mit dieser Erfahrung zu Wort. Lesen Sie unser Interview ab Seite 4. Natürlich stellen wir Ihnen wieder eine Mitarbeiterin vor. Rita Schwarzenberger trägt mit ihrer umfassenden Lebensweise und ihrem warmen Wesen so viel zum Gelingen unserer Arbeit bei. Ihr Portrait finden Sie auf Seite 16.

Natürlich hoffen wir, dass sich nicht alle Dinge im Kreis drehen. Diese Hoffnung bezieht sich im Besonderen auf die Politik. In den Reihen unserer Beiräte



und Botschafter finden sich einige Politiker, die sich für das Hospiz Zentralschweiz und die Hospizbewegung generell in der Schweiz einsetzen. In dieser Ausgabe kommt Manuela Weichelt zu Wort, Nationalrätin aus dem Kanton Zug und engagierte Unterstützerin des Hauses. Wir sind für diese Fürsprachen sehr dankbar. Lesen Sie das Gespräch mit ihr ab Seite 24.

Fürsprache und Unterstützung erhalten wir zudem von den Ärzten im Hintergrunddienst. Dass sich eine junge Hausärztin mit Herzblut für die Versorgung unserer Patienten einsetzt und was es ihr bedeutet, lesen Sie im Interview mit Martina Steiner ab Seite 20.

Vielleicht haben Sie es bereits bemerkt: Dieses Heft ist fast eine «Frauenausgabe», denn es kommen vorwiegend Frauen zu Wort. Es hat sich absichtslos so ergeben, passt aber gut in die

Weihnachtszeit, die immer noch meist von den Frauen gestaltet wird (vielleicht bis auf das Fällen der Tannenbäume). Jedoch: Neben dem Herrn im Angehörigen-Interview haben wir mit unserem Kater Jimini einen weiteren männlichen Vertreter. Dass er die weihnächtlichen Vorbereitungen nicht ganz so gelassen nimmt, lesen Sie ab Seite 14.

Gemeinsam feiern wir Weihnachten und beginnen ein neues Jahr, einen neuen Kreislauf. Ich wünsche uns allen, dass wir aus den alten Kreisläufen gelernt haben und bereit sind für neue Schritte, die zum Wohle aller sind.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen von Herzen eine frohe und glückliche Festtagszeit.

Mit herzlichen Grüssen,
 Sibylle Jean-Petit-Matile



Rebekka Toniolo Schmid & Marco Toniolo

Ausserhalb von Zeit und Raum

Der Vater von Marco Toniolo und Rebekka Toniolo Schmid verbrachte seine letzte Lebenszeit im Hospiz Zentralschweiz, obwohl es sein Herzenswunsch war, daheim sterben zu können. Wie es für die Familie war, den Entscheid zu fällen und wie sie selbst die Zeit mit ihrem Vater im Hospiz erlebten, darüber berichten die beiden in unserem Interview.

Yvonne Ineichen: Ihr Vater verstarb im Hospiz. Was bewegt Sie heute, wenn Sie daran denken? Sind die Erinnerungen schmerzhaft oder wohltuend?

Marco: All das Erlebte, die Emotionen, die Bilder, das Abschiednehmen ist noch sehr nah und präsent. Obwohl es heute schon elf Monate zurückliegt. Ich denke gerne an die Zeit zurück, als unser Vater im Hospiz war.

Rebekka: Mir geht es ähnlich. Die elf Tage waren trotz Schmerz und Traurigkeit sehr schön. Als Sie uns für das Interview anfragten, fühlte sich das für mich deshalb sehr stimmig an. Dieses Erinnern rundet unser Erleben ab und wir können auf diese Weise auch nochmals unserer Dankbarkeit Ausdruck verleihen. In manchen Momenten realisiere ich,

dass die Trauer noch da ist. Ich habe ein Filmchen von unserem Vater auf WhatsApp. Das kann ich mir nach wie vor nicht ansehen.

Wie sind Sie auf das Hospiz aufmerksam geworden?

Rebekka: Ich arbeite bei der Krebsliga Zentralschweiz und leite den Bereich Beratung und Unterstützung. Deshalb kannte ich das Hospiz. In meiner beruflichen Funktion organisierte ich für Interessierte bereits zwei Führungen im Hospiz. Die eine fand einen Monat, bevor unser Vater nach Affoltern in die palliative Station der Villa Sonnenberg kam, statt. Aus einem Impuls heraus nahm ich damals einen Prospekt mit nach Hause.

Wie kam es zum Entscheid, dass Ihr Vater seine letzte Lebenszeit im Hospiz verbringt?

Marco: Wir besprachen diese Möglichkeit in der Familie, alle gemeinsam. Als seine Pflege aus medizinischer Sicht daheim, selbst mit Unterstützung der Spitex, nicht mehr möglich war, kam er zuerst in die Villa Sonnenberg. Nach ca. zehn Tagen legte man uns nahe, für ihn eine andere Lösung zu suchen, da der Platz anderweitig beansprucht wurde. Da kam das Hospiz wieder auf den Tisch. Der Herzenswunsch unseres Vaters wäre eine Rückkehr in sein eigenes Zuhause gewesen. Doch das war schlicht und einfach nicht machbar, da die medizinische Betreuung bereits sehr intensiv war. Glücklicherweise wurde zu diesem Zeitpunkt im Hospiz ein Zimmer frei.

Ihr Vater wäre gerne nach Hause zurückgekehrt, aus medizinischer Sicht war eine Überführung ins Hospiz die einzige Lösung. Der Entscheid muss schwierig gewesen sein?

Beide: Sich über den Herzenswunsch eines geliebten Menschen hinwegsetzen, ist in der Tat schwierig. Doch wir bevorzugten unseren Vater ja nicht. Sondern evaluierten mit ihm gemeinsam die Mög-

Was glauben Sie, wie hat er die Zeit im Hospiz erlebt?

Rebekka: Das würde ich ihn sehr gerne selbst fragen, jetzt im Nachhinein. Aus meiner Warte betrachtet war es eine durch und durch gute Zeit, im Sinne von: Der Ort vermittelt Geborgenheit, strahlt Ruhe aus, die Menschen sind unglaublich aufmerksam und hilfsbereit. Und das ist mein Trost. Ich gehe davon

Was hat Ihnen und Ihrem Vater geholfen?

Marco: Ich schätzte die vielen guten Gespräche mit der Ärztin, das offene Miteinander, auch mit und unter den Angestellten. Man realisierte nicht, dass man in einem «Krankenhaus» ist. Dass alle zivile Kleider tragen, mag ein Detail sein, beeinflusst aber die Atmosphäre positiv. Die Pflegenden wussten ganz

mit anderen Menschen in Kontakt und in den Austausch gehen, wenn man das wünschte. Die Pflegenden sagten oft, unser Vater sei auf dem Weg. Das fand ich so treffend.

Gab es auch Momente, in denen Sie mit etwas nicht einverstanden waren?

Rebekka: Nein, es war durch und durch stimmig. Müsste ich das Haar in der Suppe suchen, wäre es ein marginaler Punkt. Für uns alle war die Zeit intensiv. Man ist offen, verwundbar, teilt als Familie auch mit den Pflegenden ganz intime Momente. Da rutschte uns gelegentlich ein «Du» über die Lippen. Deshalb fragten wir nach, ob es möglich wäre, sich zu duzen. Die Etikette des Hauses pflegt jedoch das «Sie». Wohl auch, um eine gewisse Distanz wahren zu können, was ich absolut verstehe.

Marco: Das ist vermutlich bedingt durch den Spannungsbogen von Nähe und Distanz und es treffen verschiedene Empfindungen, Involvierungsgrade aufeinander. Wer weiss, vielleicht hält das «Du» einmal Einzug. Aber nochmals: Diese Kleinigkeit tut dem ganzen Wohlfühl keinen Abbruch.

Was haben Sie und Ihr Vater besonders geschätzt?

Beide: Dass wir als Angehörige so selbstverständlich unseren Platz einnehmen konnten. Sei es am Esstisch oder später, als wir in unserer Lieblingsnische assen. Das war, als es unserem Vater bereits massiv schlechter ging und er nicht mehr aktiv am Hospizleben teilnahm. Wir wurden so liebevoll umsorgt und konnten die hervorragenden und schön angerichteten Mahlzeiten für uns geniessen. Und dann gab es diesen

«Wenn man durch die Tür ins Innere des Hauses tritt, wähnt man sich in einer anderen Sphäre, die auf mich fast etwas mystisch, durchgeistigt wirkte.»

genau, was auf uns zukommt und haben uns behutsam begleitet.

Rebekka: Von den Führungen her kannte ich das Hospiz und dachte häufig: Das klingt alles perfekt. Ob es wirklich auch so ist? Heute weiss ich: Die Realität übertrifft alles um ein Vielfaches. Wenn man durch die Tür ins Innere des Hauses tritt, wähnt man sich in einer anderen Sphäre, die auf mich fast etwas mystisch, durchgeistigt wirkte. Mein System fuhr jeweils automatisch herunter. Es herrschte absolut keine Hektik, man bekam unendlich Raum zum Sein. Und konnte doch



lichkeit. Zudem erläuterte der Chefarzt der Villa Sonnenberg unserem Vater seine Situation mit viel Herz, Einfühlungsvermögen und plausibel. Sie müssen wissen, er hatte zu der Zeit bereits starke körperliche und psychische Symptome entwickelt, durch seine Krankheit verursacht. Für die bedurfte es unbedingt einer professionellen Palliativ-Pflege mit hervorragend ausgebildeten Menschen. Unser Vater willigte schliesslich ein und wir konnten ihn ins Hospiz verlegen.

aus, dass auch er es so empfunden hat.

Marco: Ich meine auch, dass er sich gut eingelebt hat. Die ersten Tage war er noch sehr klar, nahm aktiv am Leben teil. Er ass am Gemeinschaftstisch, lernte Menschen kennen, ging mit ihnen in den Austausch und genoss auch deren Gesellschaft. Er äusserte sich positiv, empfand die Menschen als durch und durch liebenswert.



«Wir schätzten die Musiktherapie, das gemeinsame Singen – es war eines der wenigen Male, dass wir als Familie gemeinsam sangen.»

einen Augenblick, in dem Karin Klemm, die Seelsorgerin, eine tragende Rolle hatte.

Rebekka: Dazu muss ich etwas ausholen. Unser Vater war mit dem Pfarrer aus Steinhausen gut bekannt. Er besuchte ihn im Hospiz und betete mit ihm das Vaterunser. Ich wurde Zeugin dieses

gemeinsamen Gebetes und erlebte, wie es unseren Vater beruhigte. Es war ein aussergewöhnliches Erlebnis, zumal wir, ich selbst, nicht besonders kirchgläubig bin. Dann kam der Tag, an dem er sterben durfte. Ich spürte, dass ihm das Loslassen sehr schwerfiel. Deshalb bat ich Karin Klemm um einen Moment. Sie nahm sich die Zeit, wir beteten gemeinsam das Vaterunser an seinem Bett. Wenige Stunden später konnte er gehen.

Marco: Wir schätzten ausserdem die Musiktherapie, das gemeinsame Singen – es war eines der wenigen Male, dass wir als Familie gemeinsam sangen. Das wird in meinem Erinnerungsschatzkästchen immer einen Platz haben. Wir schenkten Melchior Brunner bei einer späteren Gelegenheit ein Cajón (eine Trommel in Kistenform), auch als Zeichen der Dankbarkeit. Die seelische, psychische Begleitung war wertvoll. Da erinnere ich mich an ein Gespräch, welches unsere Mutter mit Marie-Theres



Habermacher führen konnte. Das stärkte sie enorm. Auch an das Freitagabendritual erinnern wir uns gerne. Da konnten wir alle, gemeinsam mit unserem Vater, einmal teilnehmen.

Was war aussergewöhnlich für Sie?

Beide: Wir waren berührt, in wie kurzer Zeit ein Familiengefühl mit allen Menschen im Hospiz entstehen kann. Diese Offenheit und das Teilen von Schmerz und Erfahrung mit anderen Angehörigen macht eine tiefe Verbindung möglich. Als wir manch bekanntem Gesicht an der Gedenkfeier wieder begegneten, war das ein tröstlicher Moment. Und dass wir eingeladen wurden, jederzeit ins Hospiz zurückzukehren, was wir am 16. November – dem Todestag unseres Vaters – machen werden, um mit Marie-Theres Habermacher einen Kaffee zu trinken.

Rebeka: Mit fallen noch zwei Dinge ein. Unser Papa atmete ganz stark durch den Mund, hatte Mühe mit Atmen. Eine Pflegende hingte ein feuchtes Leintuch wie einen Baldachin über sein Bett. Das

erleichtert ihm das Atmen und sah zudem unglaublich schön aus. Das Zweite: Sogar der Hund «Pepe», er gehört Marcos Tochter, hatte Zutritt.

Der Moment des Loslassens kommt unweigerlich. Wenn ein Mensch im Hospiz ist, ist man darauf vorbereitet, würde man meinen. Wie haben Sie das empfunden?

Marco: Der Verstand weiss, dass es die letzte Station ist. Dieses Wissen und die damit verbundenen Emotionen waren trotzdem schwierig. Doch mit all den Gesprächen kehrte Ruhe ein. Und die Dankbarkeit dafür, dass unser Vater einfach gut aufgehoben war und keine Schmerzen haben musste, überwog. Möglichst schmerzfrei sein zu können, war sein grösster Wunsch.

Rebeka: Zu der Verabreichung von Schmerzmitteln durften wir mit der Ärztin Sibylle Jean-Petit-Matile ein eindrückliches Gespräch führen, welches für unseren Vater bedeutungsvoll war. Sie erklärte uns, was aus medizinischer und rechtlicher Sicht möglich und

machbar sei. Dieses behutsame Erklären, Aufklären war so wertvoll und gab Sicherheit.

Beide: Und dann hörten wir, wie er tief ausatmete. Alles wurde still, friedlich. Danach entwickelten unsere Körper ein Eigenleben. Ein Hormoncocktail aus Trauer, Erlösung, Aufatmen, Freude, dass er gehen durfte und sein Leiden ein Ende fand, übernahm das Zepter. Wir zelebrierten seinen Tod mit einem improvisierten Festmahl, tranken Wein... Und entschuldigten uns beim Pflegepersonal gleichzeitig für unser Gebaren, was bei ihnen jedoch auf grosses Verständnis stiess. Es sei nicht selten der Fall, dass man im Hospiz feiere, auch wenn das Abschiednehmen, Loslassen, schmerzhaft sei.

Möchten Sie unseren Leserinnen, Lesern noch etwas mitteilen?

Wir empfehlen allen: Geht nach Littau, schaut euch das Hospiz an! Es ist ein in sich ruhender Ort, durchgeistigt, lichtvoll, harmonisch. Die Ästhetik, die Atmosphäre, die Menschen, die Professionalität – dafür gibt es keine Worte, die dem wirklich gerecht werden. Wir haben uns entschieden, das Interview zu machen, weil wir überzeugt sind, dass noch viel mehr Menschen von dieser wunderbaren Institution erfahren dürfen. Danke von Herzen!

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Sie wollen im Hospiz arbeiten?

Das Hospiz Zentralschweiz in Luzern/Littau bietet schwer kranken Menschen einen Ort der Ruhe und Geborgenheit. Im Rahmen der spezialisierten Palliative Care werden die belastenden Symptome gelindert und in einer Atmosphäre liebevoller Zuwendung die letzte Lebensphase begleitet. In die Betreuung sind die Angehörigen

stets miteingeschlossen. Das multiprofessionelle Team setzt sich aus den Pflegenden, Mitarbeitenden der Seelsorge/Spiritual Care, der Hospizärztin, den Administrativ- und Hauswirtschaftsmitarbeitenden sowie den Freiwilligen zusammen. Die Aufenthaltsdauer für die begleiteten Menschen ist unbegrenzt.

Wir suchen

Freiwillige

im Dienst unserer Patientinnen und Patienten und ihrer Angehörigen

die bereit sind, unterstützend im multiprofessionellen Hospizteam mitzuwirken. Sind Sie eine flexible, zuverlässige Person, die den Menschen im Hospiz, vorzugsweise am Wochenende, Zeit schenken möchte?



Auskunft zur Freiwilligenarbeit erteilt Ihnen gerne Patrick Rigert, Verantwortlicher Freiwilligenarbeit, p.rigert@hops.ch oder Telefon 079 441 53 80





Die letzten fünf Jahre engagierte sich Marie-Theres Habermacher für gelebte Spiritualität im Hospiz Zentralschweiz. Zuerst zwei Jahre ehrenamtlich im Projektteam, danach während dreier Jahre in der aktiven Mitarbeit im Hospizbetrieb. Nun verabschiedet sie sich. Wir blicken mit ihr zurück, greifen den Moment auf und halten Ausschau. Eines ist gewiss: Das wird kein Adieu, sondern ein auf Wiedersehen.

Marie-Theres Habermacher

Im Sterbeprozess begleiten

«Wieso gerade ich? Was ist der Sinn dieser Krankheit? Wie wird das Sterben wohl sein? Und wie wird es nach dem Tod sein? Wie wird es meiner Partnerin, meinem Partner nach meinem Tod ergehen? Wird sie, er, mit der Situation zurechtkommen?» Solchen Fragen begegnet Marie-Theres Habermacher in Gesprächen mit Patienten während ihrer Arbeit im Hospiz. Gespräche, die sie mit ihnen oder auch mit Angehörigen im Rahmen von Spiritual Care führt. In diesen Austausch geht sie mit liebendem Verstehen. Liebevoller Präsenz, Anteilnahme, der ehrliche Dialog und die Haltung des Nichtwissens bilden die Basis dafür. «Nicht ich weiss, sondern der Angehörige oder der Patient kennt seine Themen. Ich darf spirituelle Suchbewegungen anregen, ohne den Anspruch zu haben, dass etwas in diesem Moment unbedingt sein muss.» Manchmal dürfe man auch einfach in Stille sein, den Raum halten, präsent sein. Selbst für Menschen, die nicht mehr reagieren können, sei diese Präsenz wohlthuend, weiss Marie-Theres Habermacher.

Die Vision wird Realität

Dass im Hospiz Zentralschweiz Spiritual Care als Haltung gelebt wird, ist nicht selbstverständlich. Es bedarf zum einen der finanziellen Mittel, um das Spiritual Care Team (Theologin

und Psychologin) zu ermöglichen. Die Spiritual Care Stelle von Marie-Theres Habermacher finanzieren die beiden Landeskirchen des Kantons Zug. Zum anderen liegt es in der Verantwortung des ganzen Teams, dass man Gesundheit nicht nur körperlich, sondern auch psy-

«Die Wachsamkeit für spirituelle, religiöse und Sinnfragen – ist bei allen spürbar. Diese Hellhörigkeit ist seit der Eröffnung enorm gewachsen.»

chisch und spirituell betrachtet. Alle müssen offen sein dafür, was Patienten und Angehörige bewegt. «Die Wachsamkeit für Fragen – spirituelle, religiöse, Sinnfragen – ist bei allen vorhanden. Das spürt man im gemeinsamen Rapport, manchmal auf dem Flur bei einer zufälligen Begegnung. Diese

Hellhörigkeit ist über die drei Jahre seit der Eröffnung enorm gewachsen.» Marie-Theres Habermacher strahlt, als sie von diesem multiprofessionellen Miteinander berichtet. Und davon, wie berührend es für sie sei, zu sehen, wie die Vision der Hospizidee Realität geworden sei und sich in den letzten drei Jahren vieles habe festigen dürfen. Denn sie erlebt die Geburt des Hospizes hautnah mit. Während zweier Jahre engagierte sie sich ehrenamtlich im Projektteam, von 2018 bis zur Eröffnung Anfang 2020. Sie erinnert sich gerne an diese dynamisch lebhaftige Aufbruchstimmung. «Die Vision setzte immense Kräfte frei und damit verbunden die Gewissheit, dass wir es schaffen können. Dazu gesellte sich die Freude und Lust, etwas zu bewegen.» Für sie selbst ist die Mitarbeit ein wahres Glück, absolviert sie doch im Lassalle-Haus eine einjährige Weiterbildung in Spiritual Care. Die Stellen, in denen dieses Wissen konkret angewandt werden kann, sind rar. «Ich durfte und darf erleben, wie Spiritual Care gelingen kann, das beglückt mich.» Wenn sie auf die letzten fünf Jahre zurückblickt, prägen drei Gefühle ihr Erleben.

Dankbarkeit, berührt und beeindruckt sein

Dankbarkeit für die Mitarbeit in diesem besonderen Projektteam, für das

Engagement der Landeskirchen. Und die persönliche Chance, ihr Wissen sehr konkret in das Konzept Spiritual Care einfließen zu lassen. Immer wieder neu berührt sein von den Begegnungen, zuerst im Projektteam, danach im Hospizteam und im Zusammenkommen mit Angehörigen sowie Patienten. Und beeindruckt ist sie jeden Tag «...von der Atmosphäre, die wir schaffen konnten. Sie bringt die Menschen hier in eine innere Ruhe, öffnet Raum für viele Themen», sagt Marie-Theres. Das ahnt man, als sich die Vision zu verfestigen beginnt, die Räume ein Gesicht bekommen, man tatkräftig umsetzt. Heute übertrifft die Realität die Vision. Doch der Weg dahin muss begangen werden, von allen gemeinsam. Und dann ist der Tag der Eröffnung da. Marie-Theres erlebt diesen Moment «...mit ungläubigem Staunen, glücklich, dass dem so ist. Ich erinnere mich an unseren ersten Patienten, als wäre es gestern gewesen. Wie ich die Treppe hinabstieg, ihm und seiner Partnerin die Hand reichte, sie willkommen hiess. Die Gewissheit, dass wir Menschen jetzt effektiv ein würdevolles Sterben ermöglichen, liess mein Herz strahlen.»

Klären und fassen

Damit nicht nur das würdevolle Sterben Realität ist, sondern auch im Hintergrund die Rädchen reibungslos ineinandergreifen, braucht es Anpassungen. Gerade in der ersten Zeit der Betriebsaufnahme wird klar: Die Vision und die Realität sind nicht dasselbe, vieles muss geklärt und gefasst werden – von Zielen über Abläufe bis zu Rollen. Und das bedarf der Bereitschaft aller, die mitarbeiten. Es braucht die Grösse, sich einzugestehen, wenn etwas nicht rund läuft. «Wir wuchsen mit jedem Zimmer, das wir öffneten. Im Spiritual Care Team

konnte ich gemeinsam mit der Theologin seit dem ersten Tag bis heute Rituale aufbauen, für Patienten, Angehörige und für Mitarbeitende. Durch die Klärung von Abläufen im ganzen Betrieb entstand viel Ruhe. Was wiederum die Flexibilität stärkte im Umgang mit Patienten und Angehörigen oder auch im Team. Die Dinge beeinflussen einander. Sind heute Anpassungen nötig, geht das flüssiger, weil für alle selbstverständlich ist, dass ein lebendiger Betrieb Veränderungen mit sich bringt.»

Sicherheit und Ruhe öffnen Türen

Rituale und Gefässe sind ein wichtiger Bestandteil der Arbeit im multiprofessionellen Team und für die Integration der Spiritual Care. Das pflegt man im Hospiz heute mit Bedacht, über alle Professionen hinweg: Rapporte, Fallbesprechungen, Totengedenken für Mitarbeitende, Standortgespräche mit Patienten und Angehörigen, Weiterbildungen, Supervision. «Da können wir vom Spiritual Care Team immer auch wieder die spirituelle Dimension einbringen und alle Mitarbeitenden im Hospiz sind auf dem gleichen Wissensstand. Das spüren die Angehörigen und Patienten. Es vermittelt ihnen Sicherheit.» Sicherheit und Ruhe sind die Essenzen für die Atmosphäre, in der Menschen offen werden für viele Themen. Auf ihrem letzten Weg einwilligen können in das, was ist, dass das Leben endlich ist, das vereinfacht das Sterben. Und ist es manchmal ein Krampf, kann man auf die Unterstützung aus der geistigen Welt zählen. Marie-Theres Habermacher erinnert sich lebhaft an eine Begebenheit, die sie tief in ihrem Innersten berührt. «Ich erlebte in den letzten drei Jahren einige unvergessliche Momente. Doch einen habe ich für mich besonders

«Wenn die Menschen einwilligen können in das, was ist, dass das Leben endlich ist, das vereinfacht das Sterben.»

eingerahmt: Eine Mutter und ihre zwei erwachsenen Töchter suchten mich auf und erzählten, dass ihr Partner / Vater nicht sterben könne. Sie hätten das Gefühl, da seien noch Fäden, die ihn zurückhalten.» Sie wünschen ein Ritual im Raum der Stille: Die Fäden werden benannt. Man definiert, was es braucht, um sie zu lösen, vonseiten der Frauen, vonseiten des Vaters. All das übergibt man, verbunden mit guten Wünschen dem Licht, in Form einer Kerze. «Wir hielten noch einen Augenblick die Stille und die Energie und dann klopfte es an die Türe. Eine Pflegenden stand davor und teilte uns mit, dass der Mann in diesem Moment verstorben sei. Wir waren alle tief berührt, wie alles zusammenwirkt.» Spiritual Care – in diesem Fall für die Angehörigen. Denn auch diese sind mit Themen konfrontiert. Zum Beispiel mit dem Schmerz über den bevorstehenden Verlust, dem Umgang mit der Müdigkeit und dem Finden eines Auswegs daraus oder der Sorge, dass da noch ungelöste Themen sind. Auch die Angst vor dem Sterbeprozess kann beschäftigen. In dieser Frage verweist Marie-Theres – ganz im Gedanken der Multiprofessionalität – an die Ärztin im Hospiz. Sie klärt



medizinisch auf und schafft dann jeweils grosse Beruhigung.

Der Übergang ist ein friedlicher

Dieses und viele andere Erlebnisse prägen für Marie-Theres die Arbeit im Hospiz. Sie habe viele gelernt in diesem präsent und demütig Sein, in der Haltung des nicht Wissens und der gemeinsamen Suche. Der Tod habe in dieser Zeit seinen Schrecken verloren. Vielmehr habe die Gewissheit Einzug gehalten, dass der Übergang ein friedlicher sei. Selbst wenn jemand schwer erkranken sollte, sei eine würdevolle Gestaltung möglich. «Ich erlebte, wie das Sterben zum Leben gehört und wie Sterbende in einen tiefen Frieden tauchten.» Ihr imponieren das engagierte Team, der Respekt im Umgang auf allen Ebenen. Die stete Klärung und die Freiheit, Dinge anzusprechen, bilden ein positiv nährendes Klima. Das Engagement der Freiwilligen sei tragend und die Begegnungen mit ihnen würden reich machen. So wünscht sie dem Hospiz denn auch, dass man miteinander die aktuelle Atmosphäre halten kann, geprägt durch das multiprofessionelle Miteinander, das Verständnis für die

Menschen im Hospiz und das Engagement für ein würdevolles Sterben. Ein Herzenswunsch wäre, dass die Finanzierung für einen Hospizaufenthalt bald auf gesundheitspolitischer Ebene geklärt und gesichert ist.

Die eigene Endlichkeit wird präsenter

Und nun macht sie sich auf, in einen weiteren Abschnitt ihres Lebens. Wehmut und Freude gehen dabei Hand in Hand. Wehmut deshalb, «...weil die Arbeit wunderbar ist und das würdevolle Sterben eine Herzensangelegenheit für mich». Sich von diesem Teamgefühl zu verabschieden, sei schwierig. «Aber ich werde im nächsten Frühling siebzig. Die Zeit ist reif, jüngeren Menschen Platz zu machen.» Die eigene Endlichkeit werde präsenter, auch da schwingt etwas Wehmut mit. Dazu gesellt sich aber der unbändige Wille, das Leben weiterhin mit Freude zu geniessen. «Mit meinem Ehemann und meinen Freundinnen. Die kamen in den letzten Jahren oft etwas zu kurz.» Dann ist da noch das Enkelkind, bald sind es deren zwei, dem sie ihre Zeit widmen will. «Dieses neugierige Erkunden, Entdecken von

Kindern hält wach. Es ermuntert mich, weiterhin aufmerksam und präsent, beweglich zu sein.» Nicht zu vergessen, die eigene Praxis für Psychotherapie und Trauerbegleitung, die sie auf Sparflamme laufen liess. Sie träumt davon, den Hospizgedanken, die Spiritual Care, zu den Menschen in ihrer Region zu tragen, welche daheim sterben können. «Ausserdem freue ich mich darauf, einfach mal an einem Ort zu sitzen, aufmerksam zu lauschen, in die Weite zu staunen. Mich dankbar dem Sein hingeben.»

Auf Wiedersehen, Marie-Theres!

Das ganze Hospizteam dankt dir von Herzen für dein wertvolles Sein und deine tragende Arbeit im Haus. Du hast uns mit deiner Kunst der ruhigen Betrachtung immer wieder neue Horizonte gezeigt und unsere Patienten auf Wegen begleitet, die sie allein wohl nicht so leicht gegangen wären. Wir werden dich sehr vermissen und wünschen dir alles Liebe und Gute. Liebe Marie-Theres – gelegentlich ein Besuch im Hospiz würde uns freuen. Deshalb sagen wir nicht «Adieu», sondern «Auf Wiedersehen».

Die Nachfolgerin von Marie-Theres Habermacher wird ihre Stelle am 1. Januar 2023 antreten. Wir werden sie in einer der nächsten MUT-Ausgaben vorstellen.

Jimini's Hospiz-Alltag

Miau



Sie werden es wieder tun!!! Ich kann es nicht glauben, aber sie werden es wieder tun. Warum benötigen diese Zweibeiner jedes Jahr dasselbe? Ich verstehe es nicht. Also: Sie werden wieder den Kollegen mit dem grünen, piksenden Fell ins Haus bringen und ihn «unseren Weihnachtsbaum» nennen. Den hatten wir schon im letzten Jahr und ich war sehr erleichtert, als er verschwand. Sicher wird er wieder mit allerlei Glitzerkram behängt und angesungen werden. Der hat es gut: Das ganze Jahr nichts leisten, irgendwo im Wald stehen und dann den grossen Auftritt hinlegen. Koko und ich arbeiten hier intensiv im Schichtbetrieb, entspannen dauernd die Atmosphäre, schauen, dass alles seine Richtigkeit hat und werden weder dekoriert noch angesungen. Immerhin: Mir ist zu Ohren gekommen, dass die Sache mit dem «Katzenfond» geklappt hat. Es gibt also Zweibeiner, die honorieren, was wir hier tun. Gut, der Hölzerne ist ziemlich stoisch, aber er gehört dazu und hat immer ein offenes Ohr für mich. Wobei er zugegebenermassen recht wortkarg ist. Man kann nicht alles haben.

Der Katzenfond ist eine gute Sache: Koko hatte sich schon wieder verletzt, diesmal an einer seiner Pfoten, und musste behandelt werden. Dass er aber auch immer für externe Aufträge

unterwegs sein muss... Der soll mal im Haus bleiben. Hier klemmt man weder Pfoten ein, noch wird man gebissen. Wie häufig er wohl eine solche Erfahrung noch benötigt? Ich muss eingestehen, dass die Zweibeiner hier uns schon ausgezeichnet achtgeben. Mit dem Tierarzt ist Koko schon auf Du und Du und die palliative Pflege des Hauses trägt das Ihre dazu bei. Da mein Kollege seine Arbeitsschichten wegen der verletzten Pfote nicht alle wahrnehmen konnte, bin ich kurzerhand eingesprungen. Der Hölzerne ist da irgendwie nicht so flexibel und auf ein Bett hat er sich noch nie gelegt.

Die mit dem Tuch um den Kopf hat eine Schwäche für Koko und mich. Da bin ich mir inzwischen sicher. Ich frage mich, ob sie die Chefin ist. Es gibt praktisch nichts, was sie nicht sieht und kommentiert. Das hat den Vorteil, dass sie auch meine Essenswünsche sehr ernst nimmt, die leckeren Tütchen für Koko und mich aufreisst und appetitlich in den Schälchen serviert. Für die Zweibeiner hat sie noch nie ein solches Säcklein aufgemacht! Ich schätze diese exklusive Betreuung aufrichtig. Auch müssen wir uns mit dem Essen nicht nach einer Uhr richten, sondern nach

dem Hunger, dem einzigen sinnvollen Taktgeber, wenn es um Nahrung geht.

Die Zweibeiner scheinen da eher fixiert zu sein, primär beim Sonnenhöchststand. Da pilgern alle in die Küche und verlangen Futter. Ich sage ja: Das sind Gewohnheitstiere. Die Köche tun mir manchmal leid, weil sie das Essen für die Zweibeiner immer erwärmen müssen, sie nennen das «kochen». Dabei gäbe es das in feinen Säcklein fix fertig. Wahrscheinlich will die Chefin nicht, dass die Zweibeiner unser Futter wegfressen. Deshalb müssen die das gekochte Zeug essen. Bin ich froh, habe ich vier Pfoten ... und gelegentlich mal eine Maus auf dem Menüplan. Die habe ich den Zweibeinern auch schon offeriert. Bloss hatten sie daran kein Interesse. Die wissen wirklich nicht, was schmeckt.

Für diesen Weihnachtsbaum muss ich mir noch etwas einfallen lassen, damit er in diesem Jahr nicht wieder eine so zentrale Rolle bekommt. Wir könnten ihn zum Kratzbaum erklären oder ein paar tote Mäuse dranhängen. Kurz: Er muss sich einordnen. Ich habe ja mit Koko auch einen Chef.

Verstehen, was Sterbende sagen wollen

Elisabeth Kübler-Ross

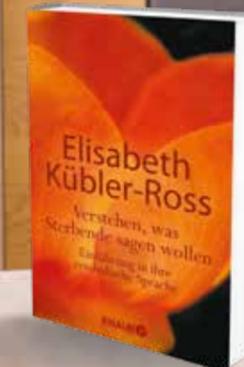
ISBN: 978-3-426-87367-0

Sterbende können sich der Sprache oft nicht mehr gut bedienen und ihre Wünsche äussern. In diesem Buch nimmt uns Elisabeth Kübler-Ross mit in die Welt der indirekten Zeichen, Gesten

und Blicke von Sterbenden. Damit wir entschlüsseln können, was ihre letzten Wünsche sind. .

Über die Autorin

Elisabeth Kübler-Ross wurde 1926 in der Schweiz geboren und wanderte später in die USA aus. Auf der ganzen Welt hielt sie Vorträge und Workshops zum Thema «Leben und Sterben». Sie wurde für ihre Arbeit mit 25 Ehrendokortiteln von medizinischen Universitäten in Amerika ausgezeichnet. Ihr Buch «Über den Tod und das Leben danach» wurde in viele Sprachen übersetzt. Die Autorin verstarb 2004 und hat mit ihrer Arbeit Türen für ein vertieftes Verständnis vom Sterben und vom Tod geöffnet.



Rita Schwarzenberger

Herzen hören und aus der Seele leben



Und wieder einmal darf ich ein Porträt mit Worten malen. Ein Bild eines Menschen zeichnen und hoffen, dass ich ihr, Rita Schwarzenberger, gerecht werde. Sie ist Pflegeassistentin, Qi Gong-Lehrerin, Zuhör-Meisterin. An diesem sonnigen Herbsttag sitzt sie mir gegenüber, strahlt Frühlingsfrische und Sommerwärme aus.

Rita Schwarzenberger sitzt im Raum der Stille. Sie nährt sich für den Arbeitstag, der vor ihr liegt. Stilles Qi Gong, Meditation, ankommen bei sich selbst und im Hospiz. Mit Qi Gong startet sie jeden Arbeitstag und beendet ihn auch so. «Nicht nur die Arbeitstage, eigentlich jeden meiner Tage. Dann bin ich bei mir und kann aus meiner Mitte schöpfen, in meiner Kraft sein, wenn ich meinen Mitmenschen begegne», erklärt sie. Qi Gong ist seit mehr als zwanzig Jahren ein fester Bestandteil im Leben der zierlichen Frau. Und wenn sie darüber erzählt, wird ihr Strahlen noch heller, als ob man einen Scheinwerfer auf sie richten würde.

Der inneren Stimme lauschen

Nicht, dass das nötig wäre. Sie besitzt ein grosses inneres Leuchten, das Menschen eigen ist, die mit sich und ihrem Leben im Einklang sind. Rita Schwarzenberger hat sich das Leben zum Freund gemacht. Sie beutet es nicht aus, macht sich nichts untertan, sondern begegnet jedem Tag und jedem Menschen mit grosser Dankbarkeit. Eine Eigenschaft, die ihr in die Wiege gelegt wird. Genauso wie

ihr unerschütterliches Urvertrauen. «Natürlich hat mein Elternhaus, ich wuchs auf einem Bauernhof und sehr naturverbunden auf, dazu beigetragen. Doch ich glaube, ich habe dieses tiefe Vertrauen wirklich als Gabe mitbekommen.» Rita wächst in einer grossen Familie mit sechs Geschwistern auf. Wobei sie und ihre eineinhalb Jahre ältere Schwester Nachzügler sind. «Zu den älteren Geschwistern blickte ich auf, mit der eineinhalb Jahre älteren Schwester fetzte ich mich gelegentlich. So wie das unter Schwestern halt ist», schmunzelt Rita. Geborgenheit im Elternhaus, verbunden mit der Natur. Das gibt tiefe Wurzeln. «Trotzdem spürte ich immer, dass ich irgendwie anders bin. Ich war nie auf eine Karriere aus, folgte stets meinem Herzen, meinen Impulsen, war voller Tatendrang und die Kreativität sprudelte aus mir heraus.» Den eigenen Platz finden, den eigenen Wert anerkennen, das dauert. Doch ihr Vater bestärkt sie liebevoll in ihrem Sein. «Du hast deine ganz eigenen Qualitäten, Rita. Und das ist gut so, sagte er jeweils. Das war megaschön und gab mir Boden unter den Füssen.»

Sicheren Schrittes geht sie durchs Leben, immer mit dem Ohr nach innen gerichtet. Sie vertraut ihrer Intuition, setzt mehr auf Herzverstand als auf Kopfwissen. Und folgt auch ihrer inneren Stimme, als sie mit 22 Jahren heiratet.

«Ich war nie auf eine Karriere aus – ich folgte stets meinem Herzen.»

«Viel zu früh, wie viele meinten. Für mich war der Zeitpunkt genau richtig. Meine Tochter Regina kam ein Jahr später zur Welt, mein Sohn Dionys drei Jahre später. Ich hätte meinen Kindern keinen besseren Vater wünschen können, auch wenn wir heute nicht mehr verheiratet sind.» Die Geburt ihrer wunderbaren Kinder erlebt Rita als prägend – dieser Neuanfang, der von einem selbst die absolute Präsenz

verlangt. «Alles, was zählt, ist das Jetzt. Das Erleben ist so rein, offen, ehrlich. Eine Nacktheit, die mich fasziniert.» Auch den Tod ihres Vaters erlebt sie ähnlich. Er stirbt an einer Hirnblutung, begleitet von seiner ganzen Familie. «Dass mein Vater mit 73 starb, hat seine Richtigkeit. Er war sein Leben lang stark und autonom, arbeitete nach seiner Pensionierung als Äpler, mitten in der Natur, mit der Natur.» Ein langes Sterben, verbunden mit aufwendiger Pflege, das wäre für ihn unerträglich gewesen, ist sie überzeugt.

Arbeiten im Hospiz ist wie Heimkommen

Diese Ehrlichkeit, Verletzlichkeit, die Nacktheit in der letzten Lebensphase ist es denn auch, was sie für ihre Arbeit im Hospiz brennen lässt. «Es ist für mich eine grosse Ehre, die Menschen und ihre



Machen Sie folgende Sätze fertig:

Kurz. Knackig und spontan ergänzt. Direkt aus dem Herzen formuliert und notiert.

Wenn ich Gesundheitsdirektorin des Kantons Luzern wäre ...

würde ich Schulmedizin- und Alternativmedizin vereinen.

Menschen in Pflegeberufen sollten ...

immer an der Pflege bei sich selbst beginnen und gut auf sich achten.

Meine nächste Urlaubsreise wird ...

uns ins Wallis führen.

Absolut unwiderstehlich ist für mich ...

der Vollmond, Sonnenlicht, wenn es durch die Blätter scheint und ein strahlendes, echtes Herzlächeln meines Gegenübers.

«Es ist für mich eine grosse Ehre, die Menschen und ihre Angehörigen auf diesem Weg begleiten zu dürfen.»

Angehörigen auf diesem Weg, manchmal auch durch herausfordernde Prozesse, begleiten zu dürfen. Ich würde den Tod

gerne einmal fragen, was das Sterben leicht macht. Was braucht es, damit man leicht und angstfrei gehen kann?» Dass sie dereinst in einem Hospiz arbeiten möchte, wird für sie klar, als eine enge Freundin an Brustkrebs stirbt. Diese Freundin verbringt ihre letzten zwei Lebenstage in einem Hospiz. Rita darf sie dort noch besuchen. «Und dann sass ich im Zug, auf dem Heimweg nach Luzern, spürte, wie etwas in meinem Herzen einrastete und begann zu recherchieren. Die Suche ergab, dass das Hospiz Zentralschweiz am Entstehen ist.» Rita wartet geduldig, bis die Stellen ausgeschrieben werden und bewirbt sich. Ihren Job im Pflegeheim, dem sie zuvor während elf Jahren nachgeht, lässt sie gerne hinter sich. Dank dieser Tätigkeit, ihrer Ausbildung zur Familienhelferin und der entsprechenden Berufserfahrung bringt sie viel praktische Pflegeerfahrung und einen

herzvollen Umgang mit Menschen mit sich. «Als Pflegeassistentin verrichte ich alle pflegerischen Arbeiten, darf Medikamente reichen, jedoch keine medizinischen Handlungen ausüben.» Ins Hospiz zu kommen und hier arbeiten zu dürfen, habe sich für sie wie Heimkommen angefühlt, erzählt Rita. Sie schätzt die Vielseitigkeit, die ihre Arbeit mit sich bringt. «Wir packen an, wo Hilfe gebraucht wird. Das kann ebenso im Hausdienst oder in der Küche sein. Und das behagt mir.» Wenn man im Hospiz eine Nähmaschine rattern hört, ist das nicht weiter verwunderlich. Dann sitzt Rita davor und kriert, was benötigt wird, etwa Einkaufstaschen aus Bauplanen für die Mitarbeitenden. «Ich bin da nicht bündig pingelig, sondern sehe einen Bedarf und lege los. Das wird geschätzt.» Sowieso sei das wertschätzende Miteinander im ganzen Haus ein unglaubliches Geschenk.

Weinen und Lachen gehen Hand in Hand

Oder der Humor, der an manchen Tagen aus jeder Ecke des Hospizes strömt. Rita giggelt für ihr Leben gerne, am liebsten über sich selbst. «Ich habe die Gabe, Fremdwörter in komplett falschem Kontext oder in einem unpassenden Moment zu verwenden. Meist realisiere ich es, sobald das Wort meinen Mund verlassen hat. Und dann lache ich lauthals.» Gehen Spässchen auch mit Patienten und Angehörigen? «Natürlich. Es braucht Achtsamkeit und das Gespür für den richtigen Moment. Doch unsere Patienten besitzen selbst oft auch eine grosse Portion Humor, der bisweilen ganz schön ins Schwarze zielen kann.» Rita ist überzeugt, dass die Patienten und ihre Angehörigen diese Atmosphäre schätzen. Das höre sie

oft, wenn sie genau zuhöre. Etwas, das die Pflegeassistentin unglaublich gut kann. Und so würde sie ihre Autobiografie auch mit «Zuhören» betiteln. Zuhören sei so wichtig. «Den Raum kreieren, damit das Vis à vis sich ausdrücken und mitteilen kann. Ich muss nicht alles kommentieren oder eine Lösung bereithalten. Es geht wirklich ums Zuhören. Dadurch wird diese Person sich manchmal erst ihrer eigenen Grossartigkeit bewusst, zarte Samen beginnen zu keimen.» Doch gehe es im Leben nicht ausschliesslich darum, anderen beim Reden zuzuhören. Sondern auch darum, auf sich selbst, seiner eigenen Stimme zu horchen. Oder darauf, was nicht gesagt werde, was man mit dem Herzen hören könne.

Aus der eigenen Mitte Kraft schöpfen

Wohltuenden Raum kriert Rita auch, wenn sie Qi Gong unterrichtet. Diese Passion lebt sie seit vielen Jahren und gibt ihr Wissen als Qi Gong-Lehrerin weiter. Sie begegnet dieser fernöstlichen, uralten Energielehre in ihren Zwanzigern. Fasziniert beobachtet sie eine Chinesin bei ihren fließenden, in sich ruhenden Bewegungen, ist angetan und nimmt Unterricht. Bis sie selbst unterrichtet, sollten noch einige Jahre verstreichen. Doch jetzt macht sie es aus tiefstem Herzen. «Das Wissen darum, mit der eigenen Energie zu arbeiten und dass so in Körper, Geist und Seele ein Ausgleich stattfinden kann, ist faszinierend. Ich bin immer berührt, wenn ich sehe, wie sich der Ausdruck in den Gesichtern meiner Kursteilnehmer:innen verändert.» Im Qi Gong lerne man, sich mit heller, kraftvoller Energie zu nähren, sich zu zentrieren. Damit man aus seiner eigenen Mitte Kraft schöpfen, seiner inneren Stimme lauschen könne. Dass sie diese Passion mit ihrem Lebenspartner – er ist ebenfalls Qi Gong-Lehrer, teilen kann, beglückt sie. Wie so vieles in ihrem Leben sie beglückt – von Spaziergängen im Gütschwald, über das Zusammensein mit Freunden und Familie oder das kreative Wirken mit den Händen. Pure Glückseligkeit oder gäbe es eine Sache, die sie verändern würde? «Ich würde die Samen von Frieden und Liebe, die in jedem einzelnen von uns stecken, aufblühen lassen. Wenn man Menschen genau zuhört und sie in ihrer Essenz bestärkt, kann man ihnen einen liebevollen Schubs geben, damit das Schöne Raum bekommt.»

Martina Steiner praktiziert seit 2011 als Ärztin und seit 2019 gemeinsam mit aktuell insgesamt vier Kollegen, Kolleginnen in einer eigenen Praxis in Rothenburg. In unserem Interview lässt die Ärztin, Mutter, Herzensfrau uns teilhaben, was sie bewegt, wonach sie strebt. Und warum Hausärztin für sie der beste Beruf ist, den man ausüben kann.

Dr. med. Martina Steiner – Ärztin im Hintergrunddienst

Gut gangbare Wege finden

Yvonne Ineichen: Sie arbeiten im ärztlichen Hintergrunddienste des Hospizes mit, wenn Sibylle Jean-Petit-Matile nicht vor Ort ist. Wie ist das für Sie?

Sehr spannend. Es ist bemerkenswert, wie bei der Arbeit für das Hospiz immer das ganze Netz eines Menschen im Zentrum steht: also der Patient, seine Geschichte, sein Umfeld, sein Erleben. All das wird einbezogen. Sibylle Jean-Petit-Matile informiert uns bei der Übergabe jeweils ausführlich. Medizinisch betrachtet ist es für mich manchmal eine Herausforderung. Ich habe schon einige Berufsjahre auf dem Buckel, jedoch nicht explizit im palliativmedizinischen Bereich. Das Miteinander klappt jedoch hervorragend, die Pflegenden sind ausserordentlich erfahren und so zeichnet sich immer ein gut gangbarer Weg ab.

Warum engagieren Sie sich?

Palliative Medizin interessiert mich bereits seit Beginn meiner Assistenzarztzeit. Die Fragen, wohin geht man, wie geht man und was fühlt man, sind dabei zentral. Deshalb freute mich die Anfrage. Den Entscheid fällte ich trotzdem nicht leichtfüssig. Da war meine eigene Praxis, meine Familie mit den

zwei Kindern, der Anspruch, für mich selbst auch noch etwas Zeit zu haben – ich lauschte ganz achtsam in mich. Nach einer Bedenkzeit war die Gewissheit da: Ich muss das tun. Schlicht und einfach, weil es mich fasziniert, diesen letzten Schritt würdevoll zu begleiten, was im Hospiz zu 100 Prozent gewährleistet ist.

Hat sich Ihre Beziehung zum Sterben seither verändert?

Ich beschäftigte mich bereits zuvor damit, auch berufsbedingt. Durch die kurzen Sequenzen, in denen wir aus dem Hintergrunddienst in den Hospizalltag eingebunden sind, wird mir jedoch noch bewusster, wie wichtig das Leben ist. Wie wichtig jeder Tag sein kann und darf. So wie ich im Hospiz die Geschichten erlebe, verdeutlicht es mir, wie heilsam es ist, mit sich und dem, was ist, im Reinen zu sein. Andernfalls kann der Übertritt sehr harzig sein.

Hat sich Ihre Arbeit in der eigenen Praxis dadurch verändert?

Doch, schon – verändert im Sinne von: Ich getraue mich vermehrt, mit Menschen den palliativen Weg zu gehen. Wenn man realisiert, dass es aus medizinischer Sicht schwierig,

mühselig, bisweilen aussichtslos ist für alle Beteiligten, habe ich heute den Mut, Therapien abzuschliessen. Natürlich in Absprache mit meinen Patienten. Denn dadurch wird oft ein anderer, ebenso guter, würdevoller Weg möglich.

Was schätzen Sie an der Arbeit für das Hospiz?

Es ist eine Bereicherung für mich. Die Arbeit ist nicht mehr so stark damit

«Es ist bemerkenswert, wie bei der Arbeit für das Hospiz immer das ganze Netz eines Menschen im Zentrum steht.»

verknüpft, was aus medizinischer Sicht alles machbar wäre, was man noch

ausloten könnte. Es geht viel mehr darum, in der letzten Phase sinnvoll, erleichternd und schmerzlindernd zu begleiten. Der Druck, dass alles bis ins Detail diagnostiziert und therapiert werden muss, um eine Heilung zu erlangen, ist nicht da. Da herrscht im heutigen oft vorhandenen Schwarz-Weiss-Denken ein hoher Anspruch: Da ist ein Schmerz, die Medizin hat die Lösung, danach bin ich geheilt. Oft ist es aber diffiziler, weil wir Menschen komplexe Wesen sind und nicht nur aus unserem physischen Körper bestehen.

Und was ist schwierig?

Nicht zwingend schwierig, jedoch anders als im Praxisalltag. Wir pflegen keine vertiefte Beziehung zu den Patienten. Manchmal ist es bloss ein Anruf, der zur Klärung dient. Natürlich unterstützen die Übergabe von Sibylle sowie die erläuternden Ausführungen der Pflege. Doch das umfassende Bild, das entsteht, wenn man einen Menschen über längere Zeit begleitet, fehlt. Es ist mehr ein Polaroid-Foto der momentanen Situation.

War Arzt schon immer Ihr Wunschberuf?

Ja. Ich kann nicht einmal genau eruieren, woher der Wunsch kam. Er war einfach da, seit ich sechs Jahre alt war. Damals erkrankte meine Grossmutter nämlich an Krebs. Wir besuchten sie oft im Krankenhaus. Ich mochte die Umgebung, die Gerüche, fand alles spannend und aufregend. Mein Grossmuetli lebt übrigens noch immer. Sie ist jetzt 97.

Gibt es in Ihrem Beruf auch mal Feierabend oder sucht der Kopf ständig nach Antworten auf noch ungelöste Fragen?

Ich kenne Phasen, in denen der Kopf auch nach Feierabend weiter nach

Antworten sucht für Patienten und Krankheitsbilder, die einem mehr beschäftigen. Doch dank meiner zwei Kinder hüpfte ich abends ziemlich zülig in eine andere Welt, wenn ich zur Haustür hereinkomme. Das ist heilsam und hilft mir beim Abschalten.

Wie geht man damit um, wenn ein Fehler passiert ist? Kann das überhaupt vorkommen?

Diese Frage ist spannend. Auch deshalb, weil wir kürzlich eine Weiterbildung zum Thema «Umgang mit Fehlern in der Medizin, der Hausarztpraxis» besuchten. Tatsache ist: Wir Menschen tun uns generell schwer damit, eine gesunde Fehlerkultur zu leben. Erschwerend kommt hinzu, dass in unserem Beruf Fehler grosse Auswirkungen haben können. Doch auch wir sind Menschen. Es ist also durchaus möglich, dass ein Fehler passiert. Wir in unserer Hausarzt-Praxis sind uns einig, dass uns Transparenz und das miteinander Teilen hilft, uns weiterzuentwickeln. Wir streben danach, das in unserem Alltag noch viel bewusster zu leben und umzusetzen. Auch die Kommunikation den Patienten gegenüber muss in jedem Fall offen und transparent sein, damit das Vertrauensverhältnis weiter bestehen kann. Hinstehen und Verantwortung übernehmen ist wichtig.

A propos hinstehen: Wie war Ihre «Premiere» als Ärztin, als Sie zum ersten Mal völlig auf sich allein gestellt vor einem Patienten, einer Patientin sass?

Ich erinnere mich nicht spezifisch an den Menschen. Vielmehr ist das damit verbundene Gefühl noch sehr präsent. Das Gefühl des ersten Tages, gar der ersten Jahre. Da spürte ich eine grosse Erschöpfung, manchmal auch

Überforderung. Die Unerfahrenheit und das Wissen, dass man zwar viel gelernt hat, jedoch die Erfahrung noch fehlt, war anstrengend. Ich frage mich oft, ob eine andere Ausbildungsform möglich wäre, damit der Sprung ins kalte Wasser nach der Ausbildungszeit nicht ganz so eisig wäre.

Hatten Sie eine Vision, als Sie sich für den Arztberuf entschieden? Wenn ja, hat sich diese erfüllt?

Nein, ich hatte keine Vision. Da war mehr die Gewissheit, Menschen gern zu haben. Das Gefühl, dass es ein Beruf ist,

«Wenn ich spüre, wie die Menschen uns vertrauen, uns ihr Leben ein Stück weit in die Hände legen, ehrt mich das und es macht auch demütig.»

in dem ich etwas bewegen und bewirken kann. Daran hat sich bis heute nichts geändert. Als Hausärztin zu arbeiten, ist abwechslungsreich, spannend. Wenn ich spüre, wie die Menschen uns vertrauen, uns ihr Leben ein Stück weit in die Hände legen, ehrt mich das und es macht auch demütig.

Körper, Geist und Seele in der Medizin – was sagen Sie dazu?

Die drei Aspekte spielen für mich im Miteinander eine tragende Rolle.



Gelingt es mir als Ärztin, mit meinen Patienten eine gute, tragende Beziehung aufzubauen, in der Vertrauen und Wohlfühlen Raum bekommen, bekommt die medizinische Komponente ein anderes Gewicht. So oft realisiere ich, dass bei körperlichen Beschwerden die seelische Ebene stark mitschwingt. Bin ich seelisch gesund, kann viel anderes auch heilen. Wir versuchen in der Praxis nach der Philosophie zu arbeiten, unseren Patienten viel Zeit widmen zu können. Das Zwischenmenschliche gewichten wir stark. Das bedeutet im Umkehrschluss: Wir können weniger Menschen begleiten. Doch die Kultur, jemandem einfach ein Medikament in die Hände zu drücken und so Zeit zu sparen, behagt uns nicht. Unsere Philosophie bewährt sich für uns. Es braucht aber immer wieder Achtsamkeit, nicht in das Fahrwasser von schnell und viel zu geraten.

Sie können keine neuen Patienten annehmen. Ist der Ansturm auf Hausärzte so gross?

Es hat zu wenig Hausärzte. Wir hoffen, dass gute Menschen nachrücken. In der Ausbildung wird zum Glück vermehrt

wieder ins Zentrum gerückt, wie schön und abwechslungsreich der Beruf ist. Lange war das Problem wohl, dass im Studium die Spezialitäten spannend gemacht wurden und der Hausarztberuf geringe Aufmerksamkeit bekam. Ich empfand es jedoch immer umgekehrt. In den Spezialitäten würde ich mich in den Details verlieren. Mir würde der gesamte Mensch, der Blick fürs Ganze fehlen. Natürlich braucht es die Spezialisten, jedoch gezielt im Einsatz.

Wo tanken Sie auf?

Bei und mit meiner eigenen Familie. Wenn ich nach einem anstrengenden Tag heimkomme und ich in die Themen meiner Familie eintauche, dann ist alles wie weggewischt. Mein Mann und ich arbeiten beide in einem 50 Prozent-Pensum. Das ist wunderbar und für uns eine perfekte Lösung. Auch beim Lesen kann ich ein- und abtauchen, die Zeit für einen Moment ganz ausser Acht lassen.

Wie wichtig sind soziale Kontakte für Sie? Warum?

Sie sind wichtig. Für mich ist es

allerdings ein Jonglieren mit der freien Zeit, die sehr begrenzt ist. Welch ein Glück, dass ich die Arbeit in unserem Team als sehr nährend empfinde. Daneben sind mir meine eigene Familie, Eltern, meine Schwester und ihre Familie ganz wichtig. Ich pflege langjährige ausgewählte Freundschaften. Auch wenn ich diese Menschen nicht so oft sehe, wie ich mir manchmal wünschte, ist das Miteinander immer sehr gehaltvoll. Tatsache ist: Das eingebunden Sein in eine Gemeinschaft sowie nahe, stabile und unterstützende Kontakte, also unsere engen, verlässlichen Beziehungen, tragen zur Gesundheit bei.

Das Hospiz ist für mich ... bitte beenden Sie diesen Satz.

... wie ein einziges grosses Wohnzimmer. Natürlich ist es ein Ort, an dem Menschen leben, die sehr krank sind und schon bald gehen. Doch steckt der Ort voller Wärme, Gemütlichkeit und Ruhe – eben wie ein Wohnzimmer, in dem man gerne verweilt.

Manuela Weichelt

Lieber aktiv mitgestalten, als passiv maulen

Manuela Weichelt ist die erste Nationalrätin aus dem Kanton Zug. Ihre politischen Wurzeln reichen weit in ihre Kindheit zurück, zumindest unbewusst. Sie ist eine, die lieber selbst mitgestaltet, als sich aufzuregen, wenn etwas nicht nach ihren Vorstellungen läuft. Auch deshalb engagiert sie sich als Botschafterin für das Hospiz Zentralschweiz.



Yvonne Ineichen: Warum engagieren Sie sich für das Hospiz Zentralschweiz?

Manuela Weichelt: Der Umgang mit Leben und Tod ist zentral, aber in der Politik will niemand über diese heisse Kartoffel sprechen. Ich habe diese Frage hautnah erlebt. Ich erlernte selbst einen Pflegeberuf und kenne die Umstände, die in Krankenhäusern herrschen. Zudem war ich vor rund drei Jahren mit einem Sterbefall konfrontiert, der mich wirklich konsternierte. Ein Mann aus unserem persönlichen Umfeld erlitt eine Hirnblutung. Seine letzte Lebenszeit verbrachte er auf der «normalen Station» eines Universitätsspitals, obwohl wir nach einem Bett in der Palliativ-Abteilung verlangten. Weder bekamen die Anliegen der Familie Raum, noch war die Würde des Patienten gewährleistet. Stelle ich dem gegenüber, wie ich den Tod meines Vaters in seinem eigenen Zuhause oder den Sterbeprozess eines Freundes in der Palliativ-Abteilung desselben Universitätsspitals miterleben durfte, sind das Welten. All das bestärkt mich in meiner Überzeugung: Die Menschen und ihre Angehörigen müssen am Lebensende die Wahl haben können, wie sie ihre letzte Zeit verbringen wollen. Wir müssen die Werteskala im Gesundheitssystem dringend hinterfragen.

Wie kam es dazu?

Es war in meiner Regierungsrätin-Zeit, als das Hospiz Zentralschweiz mit der Anfrage an mich gelangte. Wie bereits erwähnt, erlebte ich ja selbst sehr

kontroverse Situationen in Bezug auf die Art und Weise, wie wohl umsorgt ein Leben enden kann. Natürlich zögerte ich keine Sekunde, für das Hospiz als Botschafterin zu agieren. Wenn ich mich für eine wertvolle Sache und die damit verbundenen Anliegen einsetzen kann, tue ich das gerne.

«Wir müssen am Lebensende die Wahl haben können, wie wir die letzte Zeit verbringen wollen. Wir müssen die Werteskala im Gesundheitssystem dringend hinterfragen.»

Und wie engagieren Sie sich?

Im Nationalrat bin ich unter anderem in der SGK, der Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit. Da ist das Thema angesiedelt. Wir stossen regelmässig nach und fragen an, wie weit die Klärung der Finanzierungsfrage

fortgeschritten sei. Man verweist uns dann jeweils auf den Palliativ-Bericht aus dem Jahr 2021. Der Bericht ist knapp zweijährig und seither wird in Arbeitsgruppen gearbeitet, gegen aussen scheint das einem Stillstand gleichzukommen. Das bedeutet: Wir müssen hartnäckig bleiben und immer wieder nachfassen. Daneben engagiere ich mich im Vorstand des Vereines Pallifon. Diese Einrichtung betreibt eine telefonische Hotline für Fragen rund um Palliative Care – momentan in der Deutschschweiz, am Ausbau für die Westschweiz arbeiten wir.

Hartnäckig nachfassen – ist das in der Politik generell so oder nur bei gewissen Themen?

Es hängt davon ab, wie gross die Lobby bei einem Thema ist, ob es Hartnäckigkeit braucht oder nicht. Steuer-senkungen gehen in der Regel schnell ... Sie dürfen nicht vergessen, dass viele Leistungserbringende und die Pharmaindustrie kaum finanzielle Interessen an Palliative Care haben. Personen in Ruhe in den Tod zu begleiten und nicht mit allen möglichen pharmazeutischen Produkten am Leben zu erhalten, ist kein rentables Business-Modell für diese Branchen ... Würden mehr Personen gewählt, die ihre politischen Schwerpunkte in Richtung Gesundheit, Umwelt, Familie, Bildung etc. legen, würde diese Lobby grösser und ein rascheres Vorschreiten wäre wahrscheinlich. Wenn man bedenkt, dass die momentane Zusammensetzung unserer politischen

Botschafterin

Organe ein Abbild der Bevölkerungswünsche ist, darf sich jede*r einzelne fragen, wem er/sie seine/ihre Stimme gibt oder gegeben hat.

Sie sind Politikerin, sitzen im Nationalrat und somit Wahlkampf erprobt. Sind die Wahlen wirklich ein Kampf?

Ja, es ist ein Kampf um wenige Sitze. Nehmen wir meinen Wohnkanton als Beispiel: Dem Kanton Zug stehen im Nationalrat drei Sitze zu, im Gegenzug sind da einige Parteien, die einen Sitz für sich einfordern. Es geht tatsächlich um das Ringen einzelner Sitze. Der Wahlkampf für die Nationalratswahlen war für mich sehr intensiv. Ich pflegte und pflege regen Kontakt zu den Wählerinnen und Wählern. Immer wieder war und bin ich verwundert, erstaunt, konsterniert, wie wenig den Menschen bewusst ist, welche Handlungsmacht sie besitzen. Viele sind überzeugt, dass sie keinen Einfluss nehmen können. Dem ist nicht so! Hier fordere ich besonders die Frauen auf, sich ihre eigene Meinung zu bilden und den Wahlzettel nach ihrem Gutdünken auszufüllen.

Was waren Ihre Beweggründe, in die Politik zu gehen?

Ich glaube, ich wurde schon ganz früh politisiert, betrachtete es bloss nicht aus dieser Warte. Meine Geburtsfamilie ist sehr traditionell. Meine Eltern lebten eine Ehe nach dem alten Eherecht: Der Mann bestimmte, ob die Frau erwerbstätig sein oder ein eigenes Bankkonto besitzen durfte. Da fand unbewusst bereits eine Sensibilisierung statt. In der Mittelschule engagierte ich mich im Vorstand der Schülerorganisation, setzte mich für die Rechte der Schüler:innen ein. Als junge Frau in der



Pflege arbeitend, ging ich bereits auf die Strasse, weil wir zu wenig Pflegepersonal hatten. Das war vor 35 Jahren und heute sind wir noch keinen Schritt weiter! Anfang der 90er-Jahre zog ich in den Kanton Zug und wurde auf einmal wieder mit «Fräulein» angesprochen. Ich wähnte mich in eine andere Zeit versetzt. Als dann die Einladung der frischen Brise – so hiess damals eine Partei – für ein Neuzuzüger treffen in meinem Briefkasten landete, war ich neugierig. Ich besuchte das Treffen in Steinhausen, begleitet von der Hoffnung, da auf Gleichgesinnte zu stossen. Zwei Monate später sass ich für die Frische Brise in der Sozialkommission der Gemeinde, eineinhalb Jahre später im Kantonsrat.

Wie viel Frausein verträgt es in der Politik?

Frausein vertragen in der Politik viele nicht. Denn es ist ein direkter Angriff auf Sitze von Männern. Ich war während zwölf Jahren die einzige Frau in der Zuger Regierung. Gut verträglich wäre, wenn eine Aufteilung von 50:50 Normalität würde, auch als Abbild unserer Gesellschaft. In einer so frappanten Minderzahl, wie wir Frauen noch immer in der Politik agieren, ist man immer die Exotin, die eine Person, die gewissermassen falsch ist. Ich erinnere mich an

Momente, in denen die Männer bewusst ihre Militärsprache aufs Tapet brachten und ich bloss Bahnhof verstand. Dieses Markieren ist befremdlich und es kostete mich viel Energie. Zum Glück war ich innerhalb der Partei gut getragen und hatte ausserdem eine Frauengruppe an meiner Seite, die wir Stützstrumpf nannten. Da fand ich Rückhalt, Zusprache.

Und was machen Frauen anders?

Frauen bringen andere Erfahrungen ein und die Entscheide von gemischten Teams fallen in der Regel besser aus. Mir ist wichtig, die Menschen einzubinden, sie manchmal auch bei ihrer Eitelkeit zu packen, um sie für eine Sache zu gewinnen. Ich hoffe, dass den Frauen immer bewusster wird, dass auch sie zur Politik beitragen. Liebe Frauen, mit winzigen Schritten könnte man so viel bewegen. Nicht jede muss ans Rednerinnenpult. Die Politik beginnt nur schon damit, dass man sich bewusst seine Meinung bildet und sich einbringt. Doch ganz ehrlich, wenn das Briefli aus dem Kindergarten mit «Liebe Mütter» beginnt und damit endet, dass man sich am Dienstagvormittag zum Räbeliechli-Schnitzen trifft, haben wir noch einiges an Arbeit vor uns.

Als nimmermüde bezeichnen Sie sich. Worin sind Sie nimmermüde, wenn es um Ihre persönlichen Anliegen in Ihrer Botschafterinnen-Tätigkeit für das Hospiz geht?

Jeder Mensch wird in seinem Leben mit Verlust konfrontiert: Eltern, Kinder, Lieblingmensch. Dem Sterben und dem Tod können wir nicht ausweichen.

«Dem Sterben und dem Tod können wir nicht ausweichen. Jedoch können wir mitbestimmen, wie würdevoll sich das Lebensende gestalten darf.»

Jedoch können wir mitbestimmen, wie würdevoll sich das Lebensende gestalten darf. Es braucht flächendeckend Palliativplätze und eine adäquate Finanzierung über die Krankenversicherung. Dafür will ich sensibilisieren. Ich werde nie müde, das in meiner Tätigkeit, in meinen Gesprächen aufzuzeigen. Unser KVG – das Krankenversicherungsgesetz – ist absolut nicht auf palliative Situationen ausgerichtet. Es bedingt deshalb einer Änderung der Denkrichtung, die das BSV – Bundesamt für Sozialversicherungen – wohl nicht hinbekommt. Deshalb sehe ich als einzigen Weg eine

Bewegung über das Parlament. In meinen Voten in der Kommission bin ich unermüdlich, bei Veranstaltungen, wann auch immer sich mir die Möglichkeit bietet, bringe ich das Thema ein.

Wie zuversichtlich sind Sie in Bezug auf schweizweite politische Lösungen bezüglich Finanzierung der Hospize?

Grundsätzlich zuversichtlich. Die Frage ist einfach, in welchem Jahrzehnt. Ich hoffe, ich erlebe es noch. Sie sehen, meinen Humor verliere ich nicht, auch wenn es manchmal einen langen Atem benötigt.

Und für den Kanton Zug?

Auf kantonaler Ebene kann, könnte es allerdings rascher gehen. Kantone können ja unabhängig vom Bund ihre finanziellen Beiträge sprechen. Hier gehen die Landeskirchen des Kantons Zug mit gutem Beispiel voran. Sie finanzieren zumindest Stellenprozente der Spiritual Care und leisten so ihren Beitrag.

Sie sind Halbmarathon-Läuferin, sehr sportlich unterwegs. Würden Sie dem Tod morgen ins Auge blicken, nähmen Sie beide Füsse in die Hände und würden rennen, so schnell es geht? Oder könnten sie ihm ruhig entgegensehen, weil alles seine Ordnung hat?

Beim Attentat von Zug blickte ich dem Tod in die Augen. Dieses Erlebnis ist für mich noch so präsent, dass ich heute weiss: Den Tod fürchtete ich damals nicht. Ich war aber wehmütig, schon gehen zu müssen. Angst war nicht das vorherrschende Gefühl. Ob all dem Schrecklichen ist dieses Wissen eine positive Begleiterscheinung. Bekäme ich eine Diagnose, die mein nahes

Lebensende bedeuten würde, würde ich vermutlich nicht davonrennen. Vielmehr wäre es mir wichtig, mich auf das zu fokussieren, was mir lieb und bedeutsam ist und genau danach zu leben. Das wurde mir auch nach dem Attentat so richtig bewusst. Ich nahm mir damals eine Auszeit nach Ende der Legislatur. Aber ganz ehrlich: Tatenlos zusehen und mich darüber aufregen, wenn Entscheide nicht meinen Vorstellungen entsprechen, das behagt mir nicht. Also: Stieg ich erneut in die Politik ein, gestalte seither wieder aktiv mit, was sich in unserem Land bewegt. Wer weiss, vielleicht wird das 50:50 Verhältnis in der Politik eines Tages ein Selbstverständnis sein. Oder eine gesunde Finanzierung von Palliative-Betten.

Nationalrätin, Mutter von zwei Töchtern im Teenageralter, wohnhaft in Zug. Die diplomierte Pflegefachfrau und diplomierte Sozialarbeiterin mit einem Nachdiplomstudium zum Master of Public Health engagiert sich seit 1994 politisch im Kanton Zug. Sie war Zuger Kantonsrätin, Fraktionschefin, Regierungsrätin, Frau Landammann und im Jahr 2019 wurde sie in den Nationalrat gewählt, als erste Frau aus dem Kanton Zug.

www.weichelt.ch

📅 Diverse Daten
Palliative Zug
Zuger TrauerCafé

Das Zuger TrauerCafé gibt Betroffenen in einem geschützten Rahmen die Möglichkeit, sich auszutauschen. Der Anlass ist kostenlos, Spenden sind erwünscht. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Trauercafé findet immer am ersten Freitag im Monat statt.

Nächstes Trauercafé:

6. Januar 2023, 3. Februar 2023,
 3. März 2023

Ort: Reformiertes Kirchenzentrum Zug,
 Bundesstrasse 15, 6300 Zug, Raum:
 Unterrichtszimmer 2 / 1. OG
Zeit: 16:00 – 18:00 Uhr
Kontakt und Information: 041 748 42 61
 oder info@palliativ-zug.ch

📅 16. Januar bis 3. April 2023
Caritas Luzern
Grundkurs 69 Sterbebegleitung

Die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen erfordert Respekt, Offenheit und Einfühlungsvermögen. Dieser achttägige Grundkurs deckt ein breites thematisches Feld der Begleitung in der letzten Lebensphase ab. Die Teilnehmenden erfahren im Kurs, wie sie für Menschen am Lebensende da sein können. Gleichzeitig bietet dieser die Möglichkeit, sich mit der eigenen Sterblichkeit und mit Abschied auseinanderzusetzen.

Kosten: CHF 1 650.00 für 8 Kurstage
Kurstage und Zeiten: jeweils 9:00 – 12:30 Uhr und 14:00 – 17:30 Uhr (jeweils am Montag)
Kursort: Der MaiHof – Pfarrei St. Josef, Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern
Anmeldung und weitere Informationen:
www.caritas-luzern.ch/grundkurs

📅 5. April bis 21. Juni 2023
Caritas Luzern
Grundkurs 70 Sterbebegleitung

Die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen erfordert Respekt, Offenheit und Einfühlungsvermögen. Dieser achttägige Grundkurs deckt ein breites thematisches Feld der Begleitung in der letzten Lebensphase ab. Die Teilnehmenden erfahren im Kurs, wie sie für Menschen am Lebensende da sein können. Gleichzeitig bietet dieser die Möglichkeit, sich mit der eigenen Sterblichkeit und mit Abschied auseinanderzusetzen.

Kosten: CHF 1 650.00 für 8 Kurstage
Kurstage und Zeiten: jeweils 9.00 – 12.30 Uhr und 14.00 – 17.30 Uhr (jeweils am Mittwoch)
Kursort: Der MaiHof – Pfarrei St. Josef, Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern
Anmeldung und weitere Informationen:
www.caritas-luzern.ch/grundkurs

📅 Montag, 6. Februar 2023
Caritas Luzern
Informationsabende
Grundkurs Sterbebegleitung

Die kostenlosen Informationsabende bieten Interessierten die Möglichkeit, sich ein klareres Bild über den Grundkurs und seine Schwerpunkte in der Sterbebegleitung zu machen sowie andere Teilnehmende kennenzulernen. Wenn Sie sich für einen Grundkurs anmelden, empfehlen wir Ihnen sehr, auch an einem Informationsabend teilzunehmen.

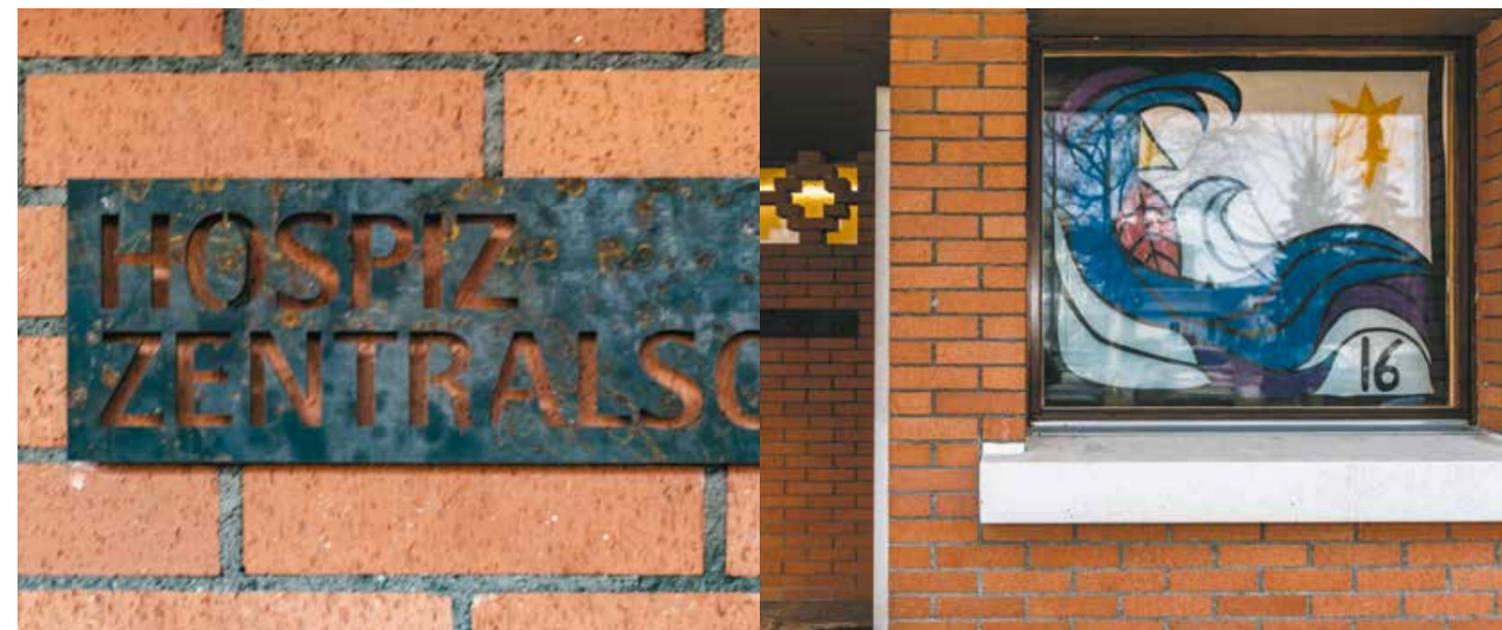
Zeit: 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Kosten: Kostenlos
Kursort: Online via Zoom-Meeting
Anmeldung und weitere Informationen:
www.caritas-luzern.ch/grundkurs



Die Vorgaben für Veranstaltungen können sich verändern. Deshalb bitten wir Sie: Kontaktieren Sie die jeweiligen Veranstalter direkt, um Details zur Durchführung zu erhalten. Oder konsultieren Sie die entsprechenden Webseiten.

Die besondere Spende

500 Franken



Im Hospiz ertönt die Klingel. Eine Freiwillige geht zur Tür, fragt die Besucherin nach ihrem Namen und bittet sie ins Haus. Das sei nicht nötig. Sie habe von der Bibliothek im Haus gelesen und wolle in Buch abgeben. Unsere Freillige nahm das Buch und einen kleinen Umschlag mit Herzen drauf entgegen. «Und jetzt sage ich Adieu und vergessen Sie meinen Namen wieder, der ist nicht wichtig», bat die Dame. Als wir den kleinen Umschlag gemeinsam öffneten, fanden wir darin 500 Franken.

Wir danken von Herzen für diese wunderbare Geste.

Brauchtum

Advents- fenster

Alljährlich beteiligen wir uns am Adventsfensterbrauch in der Gemeinde Luzern/Littau. Ein schöner Brauch, welch zauberhaftes Bild, wenn am 24. Dezember 24 Fenster leuchten.

Er ist etwas, woran man sich festhalten kann, wenn der Norden aufzieht und Schnee fällt. So als ob man zart gegen die beschlagene Scheibe einer Seele hauchen, eine Kerze ins Fenster stellen würde, um zu sagen: Schau, hier leuchtet ein Licht und es leuchtet für dich. Damit sich aufatmende Hoffnung wie ein wärmender Mantel um die Schultern legt.

Wir wünschen Ihnen allen aus tiefstem Herzen eine wärmende Weihnachtszeit und Momente voller freudiger Hoffnung. Danke, dass Sie uns unterstützen und mit uns den Hospizgedanken tragen.

Sicher, schnell und einfach!

Online Spenden

www.hospiz-zentralschweiz.ch
oder www.wirAlle.ch



DAS GANZE LEBEN



**HOSPIZ
ZENTRALSCHWEIZ**
PALLIATIVE CARE

Spendenkonto

Luzerner Kantonalbank
IBAN: CH34 0077 8207 4640 0200 1
Stiftung Hospiz Zentralschweiz
Gasshofstrasse 18
6014 Luzern

Das ist ein gültiger und «funktionierender» Einzahlungsschein.

Für die elektronische Verarbeitung können Sie sowohl den QR-Code scannen als auch die Kontonummer verwenden. Für die Einzahlung am Postschalter verwenden Sie bitte den Einzahlungsschein aus dem Begleitschreiben. Sie benötigen einen separaten Einzahlungsschein? Den senden wir Ihnen gerne. Melden Sie sich per Mail: info@hospiz-zentralschweiz.ch oder via Telefon: 041 259 91 97.

Empfangsschein Konto / Zahlbar an CH56 3077 8207 4640 0200 1 Stiftung Hospiz Zentralschweiz Gasshofstrasse 18 6014 Luzern Referenz 06 04120 00000 00000 00013 21207 Zahlbar durch (Name/Adresse)		Zahlteil Konto / Zahlbar an CH56 3077 8207 4640 0200 1 Stiftung Hospiz Zentralschweiz Gasshofstrasse 18 6014 Luzern Referenz 06 04120 00000 00000 00013 21207 Zusätzliche Informationen MUT Zahlbar durch (Name/Adresse)		
Währung	Betrag		Währung	Betrag
CHF			CHF	
Annahmestelle				

Lassen Sie niemanden im Regen stehen!

Der Hospiz-Schirm bringt Farbe in graue Regentage und Sie tragen gleichzeitig unsere Hospizbotschaft in die Welt. Mit dem Kauf unterstützen Sie unser Hospiz und damit auch Menschen, die hier gerne ihr Lebensende verbringen möchten. Denn jeder verkaufte Schirm spült einen wertvollen Batzen auf unser Spendenkonto.



Jetzt auch im praktischen Knirps-Format erhältlich.

Wählen Sie Ihr Lieblingsmodell aus zwei Design-Varianten!

Der Schirm mit seinem übergrossen Durchmesser von 120 cm schützt Sie plus mindestens eine/n Begleiter/in auf Ihrem Weg durch Wind und Wetter.

Bestellen Sie jetzt auf unserer Website!

www.hozs.ch/schirm

CHF **60.-**

(exkl. Verpackung und Versand)

DAS GANZE LEBEN



**HOSPIZ
ZENTRALSCHWEIZ**
PALLIATIVE CARE

Stiftung Hospiz Zentralschweiz
Gasshofstrasse 18
6014 Luzern

**Patientenanmeldung und
-auskünfte:**

041 259 91 91

Andere Anfragen:

041 259 91 97

info@hospiz-zentralschweiz.ch
www.hospiz-zentralschweiz.ch



Gütesiegel
Hospize Schweiz



Hospize Schweiz
Hospices Suisses
Ospici Svizzeri
Swiss Hospices



Gönnerverein
Hospize Schweiz



Dachverband
Hospize Schweiz



Druckprodukt
ClimatePartner.com/0973-1905-1001



DRUCKEREI EBKON
Ebnat-Kappel, Switzerland

Wir unterstützen das Projekt
Hospiz Zentralschweiz: