

ZEITSCHRIFT
FÜR PFLEGENDE
ANGEHÖRIGE

4/2004
5. JAHRGANG

daSein



THEMEN:

TOD

TRAUER

EDITORIAL	3
PFLEGE IM GESPRÄCH	
<i>Vom Abschiednehmen meiner Mutter</i>	4
INFORMATION	
<i>Die Sterbephase</i>	5
<i>Der Bestatter</i>	8
<i>Trauer leben</i>	10
<i>Veranstaltungskalender</i>	12
<i>Was ist mit Opa los?</i>	14
<i>leben bis zuletzt . im heim</i>	16
RUND UM DIE PFLEGE DAHEIM	
<i>Abschied in Würde</i>	18
<i>Die letzten Dinge geregelt wissen</i>	19
FORUM	
<i>Tipps</i>	20
<i>Im Namen der Rose</i>	20
IMPRESSUM / VORSCHAU	23



Liebe Leserin, lieber Leser,



wir sind schon wieder im letzten Viertel eines Jahres angelangt. Damit halten Sie auch die für heuer letzte Ausgabe von „daSein“ in Ihren Händen.

Wir beschließen somit ebenfalls unseren Jahresschwerpunkt, das Thema „Sterben zu Hause“. In dieser Ausgabe beschäftigen wir uns mit der Sterbephase und mit Dingen, die nach dem Tod auf die Angehörigen zukommen - wie Verabschiedung und Trauer.

Die letzten Dinge geregelt zu wissen, kann vor allem sterbenden Menschen, aber auch deren Angehörigen in der Zeit des Abschiednehmens Erleichterung bringen.

Zum Beispiel die Art und Weise der Bestattung und Gestaltung der Trauerfeierlichkeiten. Sie finden in diesem Heft Anregungen dazu, um diese in Würde zu gestalten.

Wie Menschen mit dem Thema Verlust und dem Gefühl der

Trauer umgehen, wird sehr einfühlsam von Karl Bitschnau im Artikel „Trauer leben“ beschrieben.

Besonders hinweisen möchten wir Sie auf den Beitrag von Frau Birgit Jellenz-Siegel. Sie geht ab Seite 14 darauf ein, wie Kinder Krisensituationen in der Familie erleben und wie sie damit umgehen.

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit diesem Jahresschwerpunkt einige Impulse und Informationen über Hilfsangebote geben konnten.

H. Ladner

Angelika Pfister

WER WEISS,
OB NICHT,
WAS WIR LEBEN NENNEN,
STERBEN HEISST
UND STERBEN
LEBEN BEDEUTET.

EURIPIDES

Vom Abschiednehmen meiner Mutter

Die letzten Lebensjahre meiner Mutter waren geprägt von Orientierungslosigkeit und Ängsten, von Sich-nicht-mehr-Auskennen, von Fragen nach Sicherheit, wie sie Kinder stellen, wenn sie unsicher sind. Mit zehn Jahren verlor sie ihre Mutter. Vielleicht hat sie diese frühen Erfahrungen von Verlassensein, von bodenloser Angst und tiefem Schmerz noch einmal durchleben müssen. Vom frühen Tod ihrer Mutter hat sie in der letzten Zeit sehr oft erzählt.

Die oft ruhelose Hektik und Betriebsamkeit wichen langsam einer großen Müdigkeit und dem Bedürfnis, nicht mehr allein zu sein. Sie wollte immer jemanden um sich haben. Ihre fordernden Ansprüche und die immer stärker werdende Hilflosigkeit stellten an uns Pflegende hohe Anforderungen. Ärger, Verletztheit, Ohnmacht und auch Schuldgefühle, die Angst, Fehler gemacht zu haben, waren oft die Folge.

Geholfen haben mir in dieser Zeit regelmäßige Zusammenkünfte und Gespräche mit den an der Pflege beteiligten Menschen. Dabei konnten wir Gefühle ausdrücken, Pläne verändern, wenn sie nicht mehr stimmten, und anderes mehr. Die letzte Zeit war anstrengend, ermöglichte jedoch auch wunderschöne Begegnungen.

Einfache Rituale wie Singen, Beten für eine gute Sterbestunde, die „Gespräche“ beim Zu-Bett-Bringen, halfen bei der Bewältigung der Arbeit und der Pflege. Das beruhigte meine Mutter und mich. Immer „einfacher“ zu werden, das scheint mir im Rückblick von Bedeutung zu sein. So haben wir uns in ihrer pflegeintensivsten Phase entschieden, kein Krankbett zu organisieren, sondern sie in ihrem gewohnten Bett zu lassen, obwohl es technisch gesehen vielleicht Erleichterungen gebracht hätte.

Bei allem notwendigen Organisieren blieb zwischen uns eine Offenheit, die es zuließ, sich einzubringen und auszutauschen. Das dadurch wachsende Verständnis und Vertrauen half mir, meiner Mutter trotz ihrer Demenz mit Würde und Achtung zu begegnen. Unsere Mutter war in ihren schweren Tagen eingebettet in ihre Familie, in die täglichen

Besuche ihrer Schwestern, Verwandten und Nachbarn. Sie hat etwas zurückbekommen, was sie ein Leben lang mit vollen Händen gegeben hat. Diese Geborgenheit und gegenseitige Wertschätzung erleichterten es uns und der Mutter, langsam loszulassen. Ihr leises, fast unmerkliches Weggehen von dieser Welt hatte etwas Tröstliches und Versöhnliches.

Zwei Tage konnten wir unsere Mutter nach ihrem Sterben zu Hause haben, um von ihr Abschied zu nehmen. In diesen Tagen drückten ihre sich verändernden Züge - so meine ich - vor allem zwei ihrer Seiten aus: Ein Gesicht, das Leichtigkeit, Kindlichkeit und Unbeschwertheit ausdrückte und ein Gesicht, das gezeichnet war durch die Erfahrungen von Schwerem, von Leid und Ungewissheit.

Es war für mich eine ganz besondere Zeit.

Ch. D.



Die Sterbephase



Maria Lackner

Niemand kann bestimmt vorhersagen, wann die Sterbestunde eintritt. Genauso wenig, wie man exakte Aussagen über die Dauer der Sterbephase treffen kann. Sie kann Stunden bis Wochen dauern. Es gibt aber Hinweise, für den Eintritt in die Sterbephase. Spätestens dann ist der Zeitpunkt da, Sterben und Tod behutsam anzusprechen, um so allen Beteiligten die Möglichkeit zu geben, ihre Wünsche, Sorgen, Ängste auszudrücken.

Darüber zu sprechen heißt ja nicht automatisch, dass der Tod sofort eintreten muss. Es kann aber sehr viel Entlastung für alle bedeuten, wenn man weiß, was alles noch zu regeln ist, zum Beispiel, was sich der Kranke an Begleitung und Therapie wünscht. Die Pflegenden könnten dadurch eine Ahnung von möglicherweise bevorstehenden Problemen und deren Lösung bekommen. Vielfach werden die professionellen Helfer für ein diesbezügliches Gespräch initiativ - aus der Distanz sind Veränderungen leichter ersichtlich, was aber nicht bedeutet, dass es dadurch auch leichter fallen muss, dies anzusprechen.

Die tragende Rolle spielt hier der behandelnde Arzt. Er bespricht sich im Idealfall mit allen Beteiligten und legt mit ihnen die weitere Vorgangsweise fest. Solche gemeinsam gefassten Entscheidungen lassen sich leichter tragen.

Was ist, wenn der Patient sich nun nicht mehr zweifelsfrei äußern kann, und keine eindeutigen Stellungnahmen aus gesunden Tagen (z.B. eine Patientenverfügung) vorliegen? Hier sind die Bezugspersonen sehr wichtig, sie sollten die Wünsche des Patienten am



besten kennen. Nun ist es aber trotzdem oft schwierig, die Frage „Was würde er wollen“ zu beantworten. Leichter fällt es zu beurteilen „Was würde er nicht wollen“. Zum Beispiel: „Mein Vater würde nicht wollen, dass man ihm eine Ernährungssonde legt.“ „Meine Frau würde nicht wollen, dass man sie künstlich beatmet.“

Es gibt auch keinen allgemeinen „idealen Ort“ des Sterbens. Für viele ist es die

Vertrautheit der eigenen vier Wände. Aber auch Institutionen geben einem die Sicherheit, ein würdevolles Sterben zu ermöglichen.

Es wird immer wieder beobachtet, dass Sterbende im Prozess des Loslassens schon weiter sind als ihre Angehörigen.

Es ist ihnen ein Anliegen, auf den bevorstehenden Tod einzugehen. Für ihre Nächsten bedeutet das aber noch viel zu viel Schmerz, sie blocken solche Gespräche daher völlig ab. Im Sinne des Sterbenden sollte die Auseinandersetzung mit dessen Tod dennoch erfolgen. Es erleichtert sein Abschiednehmen.

Oft steht man hilflos am Bett und fragt sich, woran der Sterbende leidet, was er noch alles wahrnimmt. Je besser man den Menschen kennt, desto eindeutiger können Gesichtsausdruck, Atmung und körperliche Regungen gedeutet werden. Für uns unverständliche Sätze oder Wörter müssen nicht Ausdruck von Verwirrtheit sein, vielleicht sind sie Symbole, die das Abschiednehmen beschreiben. Wir wissen nicht, was Sterbende aus unserer Welt noch wahrnehmen. Wir wissen aber, dass der Gehörsinn als letztes erlischt. Dies sollte uns die Hoffnung geben, noch vieles sagen zu können, und uns Mahnung sein, auf unsere Worte am Sterbebett zu achten.

KÖRPERLICHE PROBLEME STERBENDER

Sterbende Menschen zu Hause zu pflegen bedeutet eine große Herausforderung für die Angehörigen. Können doch neben den schon bekannten Pflegeproblemen neue Probleme und Fragen entstehen. Leidet mein Betreuer unter Schmerzen, hat er Atemnot, Durst, ist er unruhig, verwirrt, oder geht die Atmung rasselnd? Wie verhalte ich mich da richtig, kann ich etwas falsch machen...?

Solche Fragen beschäftigen sehr und belasten zusätzlich zur persönlichen Auseinandersetzung mit dem bevorstehenden Verlust eines nahestehenden Menschen. Spätestens jetzt sollten Sie sich Hilfe von außen holen.

Besprechen Sie sich mit Ihrem Hausarzt, welche Maßnahmen am besten sind und wie Sie sich verhalten sollen. Die Hauskrankenpflege unterstützt Sie in der Pflege und kann Ihnen beispielsweise zeigen, wie Sie eine schonende Mundpflege durchführen oder eine atemerleichternde Lagerung finden. In der Sterbephase bietet die Hauskrankenpflege auch eine Rufbereitschaft an. Dies schafft ein Gefühl der Sicherheit, wenn man weiß, jederzeit anrufen zu können. Als weiterer wichtiger Dienst in der Begleitung in Krisenzeiten ist die Hospizbewegung Vorarlberg zu nennen.

Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen sind sowohl für Patienten als auch für Angehörige da.

Auf Durstgefühl bzw. Mundpflege sowie Atmung möchte ich näher eingehen:

Durstgefühl entsteht nicht nur aufgrund mangelnder Flüssigkeitszufuhr, sondern auch, wenn die Mundschleimhaut trocken ist. Die zwei wichtigsten Ursachen hierfür sind einerseits eine Atmung durch den Mund und andererseits fehlender Speichel. Dies bedeutet aber nicht nur Durst und Unbehagen. Oft entstehen dadurch auch schmerzhafte Entzündungen. Manche Medikamente verändern die Speichelproduktion.

Wenn nurmehr wenig oder gar nicht mehr gegessen wird, kommt es ebenfalls zu geringer Speichelausschüttung. Kann die sterbende Person noch ausreichend trinken, muss besonders darauf geachtet werden, auf welche Art das Trinken möglichst einfach und ohne die Gefahr des Verschluckens unterstützt wird - z.B. mittels Trinkhalm, der gekürzt werden kann, damit es besser geht, oder mit einem sogenannten Schnabelbecher.

Um den Speichelfluss anzuregen, sind z.B. säuerliche Speisen, Getränke oder Bonbons geeignet, sowie tropfenweise Zitronensaft oder Apfelessig im Lei-

tungswasser, Früchtetee, Grapefruit, säuerliche Äpfel, frische Ananas, in Essig Eingelegtes. Sind diese Dinge auch noch kühl, wirken sie stärker durstlöschend. Achten Sie besonders darauf, dass der Geschmack nur schwach sauer ist.

Ist der Sterbende zu schwach, um zu trinken, oder ist das Bewusstsein eingetrübt, sollte die Mundhöhle in regelmäßigen Abständen mit einem angefeuchteten Gazetupfer ausgewischt werden.

Rasselnde Atemgeräusche, Atempausen

Ein rasselnder Atem entsteht, wenn sich Schleim oder Speichel im Rachen oder in der Luftröhre befinden und nicht mehr abgehustet oder geschluckt werden. Dies hört sich sehr unangenehm oder bedrohlich an, muss aber nicht unbedingt mit Atemnot verbunden sein.

Als Pflegende Angehörige werden Sie sicher wahrnehmen, ob der Gesichtsausdruck oder unruhige Bewegungen Hinweise auf Atemnot, Schmerzen oder Unbehagen geben.

Besprechen Sie sich dann mit dem Betreuungsteam, welche erleichternden Maßnahmen eingesetzt werden können.

In der Sterbephase kann es zu einer veränderten Atmung kommen. Besonders auffallend und beängstigend sind Atem-

pausen - schon wenige Sekunden wirken auf den Beobachter als sehr lange Zeit. Eine Atmung mit Pausen kann über einen längeren Zeitraum bestehen, sie kann mit anderen Atemtypen wechseln und sie kann ein Zeichen des unmittelbar bevorstehenden Todes sein.

DER TOD IST EINGETRETEN

Der letzte Atemzug ist getan. Nun folgen vielleicht noch bange Sekunden, in denen gewartet wird, ob die Atmung nicht doch wieder einsetzt. Vielleicht schlägt das Herz noch, irgendwie scheint vieles genau wie vorher zu sein - und doch hat sich eine merkliche Veränderung vollzogen, die besonders im Blick der Augen zu sehen ist. Das Lebendige, die Person ist nicht mehr im Körper.

Diese Wandlung bedarf besonderer Aufmerksamkeit, Behutsamkeit, Achtung und Würde. Auch einem toten Menschen und seinem Körper schulden wir einen achtsamen Umgang.

Nützen Sie dieses besondere Geschehen zum Innehalten und Staunen über das Geheimnis des Lebens. Es braucht nicht sofort etwas getan zu werden. Spüren Sie in sich hinein, was Ihnen angebracht scheint - ein Gebet, Fenster öffnen, eine Kerze anzünden, einfach nur dazitzen und wahrnehmen, ... Lassen Sie sich auf dieses Ereignis ein und nehmen Sie sich Zeit zum Abschiednehmen - gemeinsam mit Ihren Lieben.

Haben Sie sich bereits mit dem Totenbeschauarzt der Gemeinde besprochen, dann wissen Sie, wie rasch Sie ihn verständigen müssen und ob der Verstorbene gewaschen und umgekleidet werden kann, bevor der Arzt kommt.

Wenn Sie schon bisher die Hilfe der Hauskrankenpflege hatten, werden Sie auch dabei unterstützt, den Verstorbenen zu waschen, umzuziehen, Pflegeutensilien wegzuräumen. Wenn Sie möchten, hilft Ihnen auch der Bestatter.

Häufig machen sich Angehörige Vorwürfe, dass der Sterbende gerade dann den letzten Atemzug tat, als sie kurz weg waren. Hier hilft es, zu wissen, dass dies durchaus öfters vorkommt, ja man geradezu meint, der Sterbende hätte auf diesen Augenblick des Alleinseins gewartet.

Genauso wie man beobachten kann, dass Sterbende irgend etwas noch am Leben hält, wie die Ankunft des geliebten Sohnes aus Übersee oder die Versicherung, dass die Zukunft der Kinder geregelt ist.

AUFGABEN UND FORMALITÄTEN NACH EINEM TODESFALL

Um sich in der Aufregung nach einem Todesfall einiges zu erleichtern, empfiehlt es sich, wichtige Telefonnummern - wie z.B. Gemeindefunk, Seelsorger oder Gemeindeamt, Dokumente und Verfügungen gesammelt aufzubewahren. Bei der Organisation der Bestattung sollten allfällige Verfügungen des Verstorbenen hinsichtlich Trauerfeier oder Bestattungsart berücksichtigt werden.

Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine Feuerbestattung. Mitgebrachte Blumen, Kerzen oder ein Bild des Verstorbenen neben der Urne sorgen bei der Verabschiedung in der Kirche und auf dem Friedhof für eine feierliche Atmosphäre.



Bei einem Todesfall tauchen Begriffe auf, zu denen wir meist keinen engen Bezug haben, wie z.B. Totenbeschau, Todesanzeige



oder Verlassenschaftsabhandlung. Die Bestattungsinstitute haben daher einen „Ratgeber im Trauerfall“ herausgebracht, in dem Sie in übersichtlicher Form allgemeine Informationen bei einem Todesfall sowie Informationen für die Zeit nach der Bestattung finden und in dem die oben genannten Begriffe erklärt werden. Sie erhalten diese Broschüre bei jedem Bestattungsinstitut.

Der Vorgang des Sterbens ist so individuell, wie es unser Leben ist. Lassen wir uns schon in

jungen, gesunden Tagen auf das Thema Sterben und Tod ein, so gewinnt unser Leben sicher an Tiefe.

ES SIND DIE LEBENDEN,
DIE DEN TOTEN
DIE AUGEN SCHLIESSEN.

ES SIND DIE TOTEN,
DIE DEN LEBENDEN
DIE AUGEN ÖFFNEN.

AUTOR UNBEKANNT

Der Bestatter



*Fachgruppen-
vorsteher
Christoph Feuerstein*

BEISTAND MIT RAT UND TAT
Jeder Todesfall erfordert eine bestimmte Reihe von Maßnahmen. Basis dafür bildet das Vorarlberger Bestattungsgesetz. Grundsätzlich gilt, dass bei jedem Verstorbenen die Totenbeschau durchzuführen ist. Diese wird vom zuständigen Gemeinde- oder Stadtarzt bzw. von einem im öffentlichen Sanitätsdienst stehenden Arzt vorgenommen.

Die Aufnahme eines Todesfalles erfolgt meistens in den Geschäftsräumen des Bestatters. Auf Wunsch kann diese auch bei einem Hausbesuch stattfinden. Seit 01. August 2002 gilt eine neue Gewerbeordnung, die besagt, dass der Bestatter frei gewählt werden kann.

In einem persönlichen Beratungsgespräch informiert der Bestatter über örtliche Gepflogenheiten und beantwortet Fragen, die im Zusammenhang mit dem Ableben eines Angehörigen wichtig erscheinen. Er koordiniert Termine wie Überführung, Pfarramt, Friedhofsverwaltung, Krematorium etc. Weiters wer-

den Formalitäten und Behördenwege von ihm erledigt. Auch bei der Gestaltung von Parten, Todesanzeigen, Dankkarten und anderen Trauerdrucksorten steht er hilfreich zur Seite.

Der Ablauf einer Bestattung ist sehr unterschiedlich. Es gibt kein Schema, „wie es sein muss“. In jeder Gemeinde oder Pfarre sind verschiedene Verabschiedungsrituale möglich. Darüber hinaus bieten sich unzählige Freiräume und Gestaltungsmöglichkeiten an. Menschen, die sich mit Tod und Sterben auseinandersetzen und dabei Gedanken, Vorstellungen und Wünsche entwickeln, können diese im Gespräch mit dem

Bestatter vorbringen und gemeinsame Lösungen erarbeiten.

BESTATTUNGSARTEN

Nach den Bestimmungen des Vbg. Bestattungsgesetzes ist jeder Leichnam zu bestatten. Dabei sind ausschließlich Erd- oder Feuerbestattungen zulässig. Errichtung, Erhaltung und Ruhefristen von Grabstätten werden durch die Friedhofsordnung geregelt.

Erdbestattung

Die ursprüngliche Form der Totenbestattung war das Versenken des Leichnams in die Erde. In der christlich geprägten Welt



ist dafür die Verwendung eines Sarges vorgeschrieben. Diese Art der Bestattung kann in Einzel-, Reihen- oder Familiengräbern sowie an Arkadenplätzen erfolgen.

Feuerbestattung

Die Feuerbestattung ist rechtlich und nach den christlichen Reli-

gionen der Erdbestattung gleichgestellt. In Vorarlberg werden Einäscherungen im Ethik & Umwelt Krematorium in Hohenems vorgenommen. In der Kremierkammer kann jeweils nur ein Leichnam eingeäschert werden. Zuvor wird jedem Sarg eine kleine Schamottmarke mit einer Nummer hinzugefügt. Diese wird nach der Kremation der Urne mit der Asche beigelegt. Das Vermischen der Asche von mehreren Personen ist somit ausgeschlossen. Bestattungen von Urnen sind generell nur auf Friedhöfen erlaubt. Für Beisetzungen außerhalb von Bestattungsanlagen bedarf es einer behördlichen Genehmigung. Eine Aufbewahrung in privaten Räumen ist grundsätzlich nicht erlaubt.

VORSORGE TREFFEN

Um den Angehörigen im Fall des eigenen Ablebens Entscheidungen und Erledigungen zu erleichtern, gibt es Möglichkeiten der Vorsorge. Dazu zählen unter anderem:

- ein Auftrag beim Bestatter zu Lebzeiten;
- der Abschluss eines Vorsorgevertrages bei einer Versicherung (z.B. Wiener Verein) mit zusätzlichem, kostenlosen weltweiten Überführungsschutz;
- eine schriftliche Vereinbarung mit einem Notar oder einer Vertrauensperson;

- Errichtung eines Testamentes. Da die Testamentseröffnungen meistens erst nach der Beisetzung stattfinden, sollten Entscheidungen über Bestattungsart, den Ablauf der Trauerfeier sowie die Formulierung des Partentextes nicht ins Testament aufgenommen werden. Es empfiehlt sich daher, persönliche Wünsche in schriftlicher Form festzuhalten und diese Schriftstücke den Dokumenten, die anlässlich des Todesfalles benötigt werden, beizulegen.

DOKUMENTE, DIE BEI EINEM TODESFALL ERFORDERLICH SIND:

- Geburtsurkunde
- Heiratsurkunde
- Staatsbürgerschaftsnachweis
- Nachweis des letzten Wohnsitzes.

Zusätzlich werden benötigt:

- bei Verwitweten die Sterbeurkunde des verstorbenen Ehepartners;
- bei Geschiedenen das rechtskräftige Scheidungsurteil oder die Heiratsurkunde mit Scheidungsvermerk;
- bei Akademikern ein urkundlicher Nachweis des akademischen Grades.

Die Vorarlberger Bestatter haben es sich zur Aufgabe gemacht, den Hinterbliebenen bei einem Todesfall hilfreich zur Seite zu stehen, weil es schwer fällt, sich in der Vielfalt der Aufgaben zurechtzufinden.

Trauer leben



*Karl W. Bitschnau,
*MAS
Hospizbewegung
Vorarlberg*

Von den vielen Gefühlen, die wir kennen, ist Trauer sicher nicht das einfachste. Es hat etwas Schweres, manchmal Bedrohliches an sich. Aber es ist ein elementares Gefühl, das nicht nur zu schöpferischer Kreativität inspirieren kann, sondern uns begleitet auf dem Weg, nach einem Verlusterlebnis neu ins Leben zu finden.

Trauer stellt sich immer dann ein, wenn wir eine für uns wichtige Person verloren haben. Sei es durch Tod, Scheidung oder sonstige Trennung. Auch der Verlust eines Organs im Zuge einer schweren Erkrankung, der Verlust des Arbeitsplatzes oder der Verlust des Lebenssinns löst in der Regel einen Trauerprozess aus.

Menschen, die aufgrund ihrer Krankheit und Pflegebedürftigkeit von vielen kleinen und großen Verlusten betroffen sind, kennen das Gefühl nur zu gut. Heftige emotionale Reaktionen, wie wir sie aus Trauerprozessen kennen, sind häufig auch vor diesem Hintergrund zu sehen. „Immer weniger zu sein“ und immer mehr auf die Hilfe anderer

angewiesen zu sein, kann in der Tat traurig machen. Doch auch Pflegende Angehörige können an sich häufig Trauerreaktionen beobachten: es ist einerseits der langsame, oft schleichende Verlust eines wichtigen Menschen (selbst wenn die Beziehung zu diesem Menschen eine schwierige sein mag) und andererseits die Einschränkung eigener Lebensmöglichkeiten durch die Erfordernisse der Pflegesituation. Es ist oft ein langsames Abschiednehmen mit vielen Höhen und Tiefen.

So ist es auch verständlich, dass nach monate- oder jahrelanger Pflege, also einer „chronischen Abschiedssituation“, die Trauerreaktion eine andere ist wie nach einem überfallsartigen Verlustereignis, z.B. einem Unfall. Wenn Trauer auch ein Grundgefühl ist und somit eine wichtige Qualität in unserem Leben darstellt, so ist es in unserer Gesellschaft schwierig geworden, Trauer zu äußern und Trauer zu leben. Während etwa unsere Kultur vor nicht allzu langer Zeit noch ein Trauerjahr nach einem Todesfall kannte, passiert es heute nicht selten, dass Hinterbliebene schon nach 2-3 Wochen

dazu gedrängt werden, in die „Normalität“ zurückzukehren.

Doch dieses Drängen hilft uns nicht wirklich.

Es fördert vielmehr das Unterdrücken eines wichtigen Lebensprozesses.

Trauer kann man weder bearbeiten noch abarbeiten. Wer würde schon seine Liebe abarbeiten wollen? Es geht viel mehr darum - so die neuere Trauerforschung - Verluste in unser Leben zu integrieren, den Verstorbenen einen neuen Platz in unserem Leben zu geben. In diesem Sinn ist Trauer auch nie für immer zu Ende, sie kann uns z.B. nach einem Todesfall gleichsam in Wellen immer wieder neu erfassen. Etwa an einem Jahrestag oder unvermittelt in einer Situation, die uns an den Verstorbenen erinnert.

Trauerreaktionen sind sehr individuell. Auch unterscheiden sich Männer und Frauen darin, wie sie mit Trauer umgehen. Die meisten Menschen, so haben Untersuchungen ergeben, können mit ihrer Trauer ganz gut selber umgehen. Ein Umfeld, das Trauer zulässt, vielleicht



**MAS - Master of Advanced Studies*

auch Schonräume für Trauerzeiten anbietet, ist allemal hilfreich. Den Weg nach innen, der Trauer meist bedeutet, aushalten, die Ohnmacht aushalten, dass ich den Verlust nicht rückgängig machen kann, das ist oft die größte Hilfe, die wir in dieser Situation anbieten können. Es braucht Zeit, einen großen Verlust richtig zu begreifen. Es braucht Zeit - und Rückschläge gehören nicht selten zum Alltag -, sich das Leben neu zu organisieren. Es braucht Zeit, sein Leben neu zu deuten und neu mit Sinn zu füllen. Und es braucht die Geduld der Umwelt, dieselbe Geschichte zum zwanzigsten Mal anzuhören, bis sie oft genug ausgesprochen worden ist.

Es gibt Situationen, wo es für Trauernde sehr hilfreich ist, eine qualifizierte Trauerbegleitung anzunehmen. Die Hospizbewegung Vorarlberg z.B. bietet die Begleitung von trauernden Menschen an. Gut geschulte ehrenamtliche Frauen und Männer begleiten trauernde Menschen über einen vereinbarten Zeitraum, stehen als einfühlsame Zuhörer und als Gesprächspartner zur Verfügung (siehe Kasten).

Manchmal kann es auch sehr entlastend sein, mit anderen Trauernden ins Gespräch zu kommen, seine eigene Verlust- erfahrung in einen neuen Zusammenhang zu stellen, die

Solidarität unter Gleich-Betroffenen zu spüren. Gruppenangebote für Trauernde können direkt bei der Hospizbewegung Vorarlberg erfragt werden (Tel. 05522/200-1100).

Für Pflegende Angehörige wirkt der Austausch in einer Gruppe für Pflegende Angehörige oft entlastend.

Unter besonderen Umständen ist es angezeigt, professionelle therapeutische und beraterische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Solche Situationen können sein: ein besonders dramatischer Tod, die Anhäufung von vielen Todesfällen in kurzer Zeit, die zeitliche Verknüpfung von Verlust- erfahrung durch Tod und anderen existenziellen Krisen. Für solche Situationen steht insbesondere das Netz der IfS-Beratungsstellen

zur Verfügung. Gerne können Sie sich diesbezüglich auch bei der Hospizbewegung Vorarlberg beraten lassen.

Das Ziel der Trauerarbeit ist es, mit unserem Leben wieder neu ins Gleichgewicht zu kommen und unsere Verluste ins Leben zu integrieren. So muss uns Trauer weder erschrecken noch Angst machen.

Trauer geht aber nicht nur die unmittelbar Hinterbliebenen etwas an, sondern das ganze soziale Umfeld, die Kollegenschaft, den Freundeskreis und nicht zuletzt die Gesellschaft. Der Trauerprozess kann mit Hilfe eines verständnisvollen Umfeldes in der Regel gut durchlebt werden.

Wer spürt, dass das nicht reicht, sollte nicht zögern, eine helfende Hand anzunehmen.

Der Verlust eines wichtigen Menschen konfrontiert uns mit unbekanntem Gefühlen und vielen Fragen:

Gefühlen der Ohnmacht, der Unsicherheit, der Angst, der Einsamkeit, Fragen nach dem Sinn, der Zukunft, der Schuld...

Ihre Trauer können wir Ihnen nicht abnehmen, aber es gibt sie, die Menschen, die Ihnen zuhören, die sich Zeit für Sie nehmen, die Verständnis für Ihre Trauer aufbringen, die den Schmerz mit Ihnen aushalten, die Ihnen entgegenkommen.

Rufen Sie uns an! Wir informieren Sie über unsere individuellen Angebote der Trauerbegleitung. Hospizbewegung Vorarlberg, Tel. 05522/200-1100, hospiz@caritas.at

Veranstaltungen - Oktober 2004 bis Jänner 2005

BILDUNGSCHAUS BATSCHUNS
6832 Zwischenwasser, Kapf 1
Info: Tel. 05522/44290, Fax: DW 5
E-mail: anmeld@bhba.vol.at

**PROJEKT - RUND UM DIE PFLEGE DAHEIM
AUFTANKEN UND AUFATMEN FÜR BETREUENDE
UND PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**
Maria Mager, *DGKS
19.10. sowie 16.11.2004, von 15:00 bis 17:00 Uhr
Ort: Dornbirn, Gesundheitstreffpunkt, Riedgasse 15a
Info und Anmeldung: Amt der Stadt Dornbirn,
Ingrid Fleisch, Tel. 05572/306-3302
Kurskosten: € 8,--

Angelika Pfitscher, DGKS
11.11., 11.12. sowie 09.12.2004 und 13.01.2005
jeweils von 14:00 bis 17:00 Uhr
Ort: BH Batschuns, Kurskosten: € 12,--; inkl. Jause

**FAMILIENHOSPIZKARENZ - WÜRDEVOLLES STERBEN ALS
GRUNDRECHT JEDES MENSCHEN**
Mag. jur. Anna Maria Schweigkofler
05.10.2004, von 14:30 bis 16:30 Uhr
Ort: Dornbirn, Rathaus, 1. Stock, Sitzungssaal
Eintritt frei!

DURCHATMEN UND KRAFT SCHÖPFEN
*DSA Barbara Kurzemann, Psychotherapeutin
07. und 21.10.2004, von 14:00 bis 18:00 Uhr
Ort: Bregenz, Sozialzentrum Mariahilf, Haus II
Kurskosten: € 31,--

RECHTLICHE GRUNDLAGEN FÜR DIE PFLEGE DAHEIM
Sozialversicherungsrechtliche Absicherung, Finanzie-
rung von Heimunterbringung und der Aktion
„Urlaub von der Pflege“
Dr. Gottfried Feuerstein, Ombudsmann, Bregenz
Martin Mähr, Leiter Abteilung Sozialhilfe, BH Feldkirch
12.10. 2004, von 19:30 bis 21:30 Uhr
Ort und Anmeldung: BH Batschuns; Eintritt frei

**ALTBEWÄHRTE HAUSMITTEL
WICKEL UND AUFLAGEN**
Bernadette Sutterlüty, DGKS
20.10. und 27.10.2004
jeweils von 14:00 bis 17:00 Uhr
Ort und Anmeldung: BH Batschuns
Kurskosten: € 17,--

SANFTE MASSAGEN FÜR DEN HAUSGEBRAUCH
Brigitte Sutter, DGKS
09.11. und 16.11.2004, jeweils von 14:00 bis 17:30 Uhr
Ort: Haus der Frohbotschaft, Batschuns
Anmeldung: BH Batschuns; Kurskosten: € 22,--

**FAMILIENHOSPIZKARENZ - WÜRDEVOLLES STERBEN ALS
GRUNDRECHT JEDES MENSCHEN**
Mag. jur. Anna Maria Schweigkofler
25.11.2004, von 18:00 bis 20:00 Uhr
Ort: Bregenz, Sozialzentrum Mariahilf, Haus II
Kurskosten: € 5,--

**INSTITUT FÜR GESUNDHEITS- UND
KRANKENPFLEGE (IGK)**
6903 Bregenz, Broßwaldengasse 8
Postfach 52, Info: Tel. 05574/48787-21
Fax: 05574/48787-6, E-mail: mgv@igkv.at

Vortragsdauer: jeweils von 19:30 bis 21:30 Uhr
Vorträge: Kosten pro Abend € 8,-- bzw. € 4,-- für
IGK-Mitglieder und UNIQA-Kunden

DARMPROBLEME - VERSTOPFUNG
Dr. Franz Reichsöllner
07.10.2004, Ludesch, IAP Sozialzentrum

**EUTHANASIE -
DEM LEBEN EIN ENDE SETZEN ODER NICHT?**
Mag. Elmar Simma
12.10.2004, Nenzing, Ramschwagsaal

RUND UM DIE HILFLOSEN HELFER - SELBSTPFLEGE
Jeannette Pamminger
28.10.2004, Hörbranz, Pfarrheim

LASS DAS NUR, ICH MACHE DAS FÜR DICH
Maria Mager
04.11.2004, Bürs, Pfarrheim

ÄRGER UND ÜBERLASTUNG IM PFLEGEALLTAG
*Dipl.-Psych. Brunhilde Reichl
04.11.2004, Bezau Sozialzentrum

BEVOR ES MIR ZUVIEL WIRD...
Helga Fürst
08.11.2004, Hohenems, SeneCura Sozialzentrum

*DGKS Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester
*Dipl.-Psych. Diplom PsychologIn
*DSA Diplom SozialarbeiterIn



HILFE IM HAUS? WIE GEHT ES MIR DABEI?

Rita Troy

09.11.2004, Wolfurt, Seniorenheim

ALZHEIMERSCHE ERKRANKUNG

Dr. Thomas Mäser

16.11.2004, Altach Sozialzentrum

OSTEOPOROSE

Dr. Gebhard Lingg

17.11.2004, Bregenz, IGK Bildungs-Zentrum

DEPRESSION IM ALTER

Dr. Ingrid Künz

18.11.2004, Hörbranz, Pfarrheim

DIE KNEIPPSCHE THERAPIE FÜR DEN HAUSGEBRAUCH

Dr. Andreas Jansen

23.11.2004, Höchst, Alte Schule

FAMILIENHOSPIZKARENZ - WÜRDEVOLLES STERBEN

ALS GRUNDRECHT JEDES MENSCHEN

Mag. Anna Maria Schweigkofler

22.11.2004, Rankweil, Herz-Jesu-Heim

IFS SACHWALTERSCHAFT

6800 Feldkirch, Marktplatz 10/1

Tel. 05522/75191-0, Fax: DW 23

E-mail: ifs.sachwalterschaft@ifs.at

ANLEITUNG FÜR SACHWALTER

Kurs über rechtliche Grundlagen & praktische Umsetzung, Kurskosten: € 21,80

Feldkirch: Donnerstag, 07. und 14.10.2004

jeweils von 19:00 bis 21:30 Uhr

Kursnummer: 20041FKFK316150

Bregenz: Dienstag, 12. und 19.10.2004

jeweils von 19:00 bis 21:30 Uhr

Kursnummer: 20041BRBR316150

Anmeldung: Bildungs-Center der AK Vorarlberg

Telefon: 05522/3551-0

BILDUNGSCHAUS ST. ARBOGAST

6840 Götzis, Montfortstr. 88

Info: Tel. 05523/62501-0, Fax: DW 32

E-mail: arbogast@kath-kirche-vorarlberg.at

VERANSTALTUNGSREIHE HEIL-SAMEN

VERANSTALTER: VBG. KREBSHILFE IN ZUSAMMEN-ARBEIT MIT DEM BH ST. ARBOGAST

ICH SPÜRE, DASS DU SORGEN HAST

Dieser Nachmittag dient dem Austausch darüber, was für Kinder/Jugendliche krebserkrankter Eltern unterstützend sein kann.

Leitung: Dr. Marlies Matt, Psychotherapeutin, Lauterach

19.11.2004, von 14:30 bis 17:30 Uhr

Kurskosten: € 12,-; Verpflegung € 3,70

Anmeldung: BH St. Arbogast

VERÄNDERE DICH, ABER BLEIB WIE DU BIST!

Sich ändern und sich selber treu werden - ein Widerspruch?

Leitung: Johannes Lerch, Psychotherapeut in der Paracelsusklinik Scheidegg

28.01.2005 von 14:30 bis 17:30 Uhr

Kurskosten: € 12,-; Verpflegung € 3,70

Anmeldung: BH St. Arbogast

LEBENSRAUM BREGENZ

6900 Bregenz, Clemens-Holzmeister-Gasse 2

Info: Tel. 05574/52700

E-mail: lebensraum.cho@aon.at

Ich betreue oder pflege einen Menschen und Sorge auch für mich!

„TAG DER TAGESBETREUUNG“

19.11.2004, 08:30 bis 17:00 Uhr, Pflegeheim Mariahilf, Sozialzentrum Mariahilf Haus I

Während dieses Tages haben Sie die Möglichkeit, Urlaub von der Pflege zu machen. Sie können für einige Stunden die Tagesbetreuung kostenlos in Anspruch nehmen und die zur Verfügung stehende freie Zeit für sich selbst nutzen. Diesen Tag schenkt Ihnen die Landeshauptstadt Bregenz, wenn Sie mit Pflege oder Betreuung zu tun haben. Es besteht auch die Möglichkeit, sich einfach nur über die Tagesbetreuung und sonstige Angebote zu informieren - in jedem Fall erhalten Sie ein Gratisgetränk und ein Brötchen.

Anmeldung und Information: Lebensraum Bregenz

Was ist mit Opa los?



*Psychologin,
Trauerbegleiterin
Dr. Birgit
Jellenz-Siegel*

Katrin (5) und Leo (9) sitzen stumm am Mittagstisch. Sie stochern in ihrem Essen - so richtig schmeckt es ihnen nicht. Soeben haben ihnen ihre Eltern erzählt, dass Opa im Krankenhaus ist; er hat einen Schlaganfall gehabt. Sie wissen nicht viel anzufangen mit dem Wort, sie erleben nur ihre Eltern, die bedrückt neben ihnen sitzen und kaum miteinander sprechen. Katrin wird unruhig - „Kann ich jetzt das versprochene Eis haben?“

Wenn Kinder mit einer für sie neuen Situation - wie es z.B. der Schlaganfall eines Familienangehörigen darstellt - konfrontiert werden, werden meist auch fremde Begriffe an sie herangetragen. Oft sind Erwachsene Augenzeugen oder zumeist näher am Geschehen, manchmal auch schon in gewisser Hinsicht vorbereitet. Die Bedeutungen spezieller Begriffe (Krankenhausaufenthalt, Pflegefall, Pflegegeldantrag, Rund-um-Betreuung,...) sind im Wesentlichen bekannt, Erwachsene haben zumindest eine Ahnung davon, was ihnen bevorsteht. Kinder hingegen erfahren vor allem durch Erzählungen und

Berichte. Deren inneres Bild von den Ereignissen wird zum großen Teil durch die Sprache der Erwachsenen geformt. So sind Kinder und ihre Verarbeitungsmechanismen in hohem Maße davon abhängig, wie und mit welchen Worten ihnen von einem Ereignis berichtet wird.

Da Kinder verstärkt in der Gegenwart leben, sind Zeiten, in denen sie sich mit dem Erlebnis beschäftigen, kürzer und mit Stimmungsschwankungen verbunden. Bei Kindern ist es manchmal nur ein kurzes Gespräch, eine Frage, ein Satz - der uns ihre Beschäftigung mit den Erlebnissen zeigt. Sehr schnell wechseln Kinder zwischen der belasteten Situation und ihrem Alltag. Sie besitzen die großartige Fähigkeit, nicht auf den Alltag zu vergessen: auf den Kindergartenausflug, auf die Verabredung mit Freunden, auf das versprochene Eis, ...



Von der Klinik nach Hause - vier Wochen später: Die Familie entscheidet, den Großvater in die häusliche Pflege zu nehmen. Er ist nicht in der Lage zu gehen und deshalb kann er nicht wieder in seine Wohnung zurückkehren. Das untere Wohnzimmer der Familie wird zum Krankenzimmer umfunktioniert.

Die Kommunikation mit ihm gestaltet sich schwierig, da er Sprachstörungen aufweist. Katrin freut sich sehr auf den Opa. Sie läuft gleich in das Krankenzimmer. Leo weiß nicht so recht, was er mit diesem veränderten Opa anfangen soll. Er erinnert nicht an den Opa, der mit ihm gerauft hat, der ihm das Angeln beigebracht und der Späße mit ihm gemacht hat. Er beschließt: Nein, mit diesem Opa will er erst mal nichts zu tun haben!

Katrin und Leo sollen - so wie alle Kinder jeden Alters - vorbereitet werden. Sie müssen erfahren, welche nächsten Schritte auf sie zukommen und über den körperlichen Zustand ihres Großvaters informiert werden. Vor allem ist es wichtig für sie zu erfahren, wozu er in der Lage ist; aber auch, was sie mit ihm (für ihn) tun können (von der Schule erzählen, ihm ein Glas Wasser bringen, eine Zeichnung von der Wiese hinter dem Haus malen, seine Hand massieren, ...), und was (ihm) nicht möglich ist.

Kleinere Kinder fühlen sich oft häufig ausgeschlossen und nicht ernst genommen, wenn ein Angehöriger schwer erkrankt. Wichtige Entscheidungen werden ohne sie getroffen. Sie werden aus dem Zimmer geschickt, wenn die Erwachsenen über die Krankheit sprechen. Kommen sie dazu, wird das Thema abrupt gewechselt, oder die Erwachsenen setzen ein erzwungenes Lächeln auf und geben vor, alles sei in bester Ordnung. Aber Kinder haben ein sehr feines Wahrnehmungsvermögen - sie spüren immer, wenn etwas nicht stimmt.

Informationen bedeuten Klarheit und Struktur. Worte geben dem Unverständlichen eine Form und bedeuten Struktur, bedeuten Eingrenzung. Sie beschreiben das, was passiert ist - und gleichzeitig das, was nicht passiert ist bzw. was nicht passieren wird. Kindern ist es möglich, alles zu sagen - mit klaren und einfachen Worten. Kinder, egal welchen Alters, lernen so, dass es auch für traurige und belastende Ereignisse Worte gibt, dass diese „von dieser Welt“ sind. Allerdings ist darauf zu achten, dass die verwendeten Worte nichts verschleiern, nichts beschönigen, nichts verfälschen.

Dies bedeutet für belastete oder trauernde Erwachsene oft eine große Herausforderung, sind wir doch alle geprägt davon,

unsere Kinder vor Unangenehem zu schützen. Das können wir aber nicht immer: dies ist die Realität dieses Kindes - wir können es allerdings auf seinem Weg begleiten und unterstützen! Kinder werden so Schritt für Schritt in den Prozess des Lebens und des Sterbens eingeführt und haben die Chance, durch die Begleitung Pflegender oder Sterbender etwas Wichtiges für ihr Leben zu lernen. Sie erkennen eine gewisse Normalität im Nachlassen der Leistungsfähigkeit alter Menschen, über das Nachlassen bestimmter menschlicher Funktionen bis hin zum Tod. Auf diese Welt zu kommen und zu wachsen ist ein Prozess - von dieser Welt zu gehen ist ein anderer.

Erwachsene berichten oft, dass traumatische Erlebnisse in ihrer Kindheit vor allem dadurch verursacht wurden, weil man sie mit ihren Ängsten und Fragen allein gelassen hat. Sie wurden in ihrem Leid kaum beachtet, und deshalb hatten sie oft auch nicht die Möglichkeit, in familiäre Rituale miteinbezogen zu werden oder von dem Sterbenden Abschied zu nehmen.

Schon in den Wochen im Krankenhaus gibt es Gelegenheit, Katrin und Leo auf den „veränderten Opa“ vorzubereiten. Vor dem ersten Besuch ist es wichtig, die Kinder zu informieren, was sie dort erwarten wird:

- Wie schaut der Opa aus? Wird er schlafen? Erkennt er mich?
- Kann man mit ihm reden? Kann er mir antworten? Werde ich ihn verstehen?
- Darf ich ihn berühren? Kann ich ihm etwas mitbringen?
- Was ist um ihn herum? Welche Funktion haben die ihn umgebenden Maschinen?
- Welche Menschen sind um ihn herum? - Was tun sie hier?

REAKTIONEN DER KINDER

Kinder reagieren - je nach Alter und Persönlichkeit - sehr unterschiedlich auf die familiäre Pflege von Angehörigen.

Da *alle* Reaktionen von Kindern als Fähigkeiten zu sehen sind, Eindrücke und auf sie zukommende Situationen in ihr Leben zu integrieren, geben sie uns oft Auskunft darüber, wo das Kind gerade steht und was es beschäftigt.

Bei Leo scheint die Enttäuschung über den „veränderten Opa“ momentan im Vordergrund zu stehen. Er ist traurig und auch verwirrt. Oft entsteht auch eine starke Wut; auf den Kranken („*Wieso kann er nicht einfach wieder aufstehen?*“), auf die ÄrztInnen („*Wieso konnten sie ihn nicht wieder ganz gesund machen?*“) oder auch Wut auf sich selbst. Kinder erleben sich im Allgemeinen als Teil der Familie, als Teil des familiären Netzes, das gespannt ist zwischen Vater, Mutter, Geschwistern und

Großeltern. Sie gestalten mit, sie lernen Verantwortung für ihr Tun zu übernehmen und sie lernen ihre Grenzen kennen. Diese Erfahrungen und die Suche nach Erklärungen und Begründungen führt sie daher auch zu einer starken Beschäftigung mit ihren Möglichkeiten und Grenzen. Was habe ich getan, dass dies passiert ist?

So machte sich ein 5-jähriges Mädchen nach dem Tod ihres Vaters größte Vorwürfe, dass sie nicht immer - so wie es von der Mutter gefordert war - leise gewesen war, während der schwerkranke Vater im Nebenzimmer lag. Sie glaubte, dass durch ihr Herumlaufen ihr Vater

den nötigen Schlaf nicht bekommen habe und machte sich schlussendlich für den Tod des Vaters verantwortlich.

Wichtig ist, dass wir uns immer wieder Zeit für die Kinder nehmen. Es können Gespräche sein, in denen Fragen und Gedanken der Kinder Platz haben; es kann aber auch ein einfacher Waldspaziergang sein, der - neben der oftmals anstrengenden Pflege - eine *Nähr-Zeit* für alle bedeutet und gegenseitige Annäherung möglich macht. Neben der Pflegeatmosphäre ist es für Kinder wesentlich, dass ihr Alltag erhalten bleibt, dass sie herumtoben dürfen, dass sie ihre Freundschaften pflegen

dürfen und Gewohntes erlaubt bleibt. Viele Kinder haben selbst oft das Bedürfnis, der zu pflegenden Person beizustehen und bei den pflegenden Handlungen mitzuhelfen. Vielleicht kann mit den Kindern gemeinsam überlegt werden, was dem Kranken helfen, was ihm gut tun könnte.

Wichtig ist auch, dass wir selbst authentisch bleiben: dass wir, wenn wir traurig sind, nicht die Tränen verdrängen und tun, als sei alles in bester Ordnung; dass wir unsere Ratlosigkeit, oft auch unsere Erschöpfung, zugeben und so den Kindern auch in schweren Zeiten Menschlichkeit zeigen sowie Nähe und Geborgenheit ermöglichen.

leben bis zuletzt . im heim

Neues Projekt: Palliative Betreuung im Heim



Karl W. Bitschnau,
*MAS
Hospizbewegung
Vorarlberg

Rund 2.000 Frauen und Männer leben in Vorarlbergs Pflegeheimen. In der Regel ist das Heim ihr letzter Wohnort, ihr letztes DAHEIM. Jährlich versterben etwa 500 von ihnen im Heim. Das ist ein Viertel aller Bewohner. Oder anders

gesehen: jeder siebte Vorarlberger stirbt im Pflegeheim.

Da ist es ein gutes Gefühl zu wissen, dass unsere Heime einen hohen Standard bieten. Die Heime sind klein genug, um eine heimelige Atmosphäre zu ermöglichen.

Die MitarbeiterInnen sind mit viel fachlichem Können und Engagement bei der Sache. Hohe Qualitätsstandards bilden den Hintergrund für die Arbeit im Heim.

Menschen, die - mehr oder weniger bewusst aufs Sterben zugehen - haben Bedürfnisse, die sich von denen aktiver und gesunder Menschen nicht unbedingt unterscheiden müssen. Doch manche Themen kommen in dieser Intensität neu hinzu, z.B.: Werden meine Schmerzen richtig erkannt, auch wenn ich das nicht mehr so klar äußern kann? Wer verschafft mir Linderung in den vielen kleinen und großen Belastungen des Alltags? Was gibt mir Halt und Sinn? Wie ertrage ich es, dass ich die

intimsten Dinge, wie Körperpflege, nicht mehr selber machen kann? Wer ist bei mir, wenn ich mich einsam fühle? Wohin gehe ich - und wer steht mir in dieser Ungewissheit bei?

Für die MitarbeiterInnen der Heime stellen sich z.B. die Fragen: Haben wir ausreichend Wissen im Umgang mit sterbenden Menschen? Wie gehen wir mit unserer Ohnmacht, mit den oft heftigen Gefühlen unserer BewohnerInnen um? Können wir uns die Arbeit so einteilen, dass wir dann beim Patienten sein können, wenn er uns am nötigsten braucht? Wie können wir uns selber Entlastung verschaffen? Wie können wir Angehörige in die Betreuung einbinden?

Für die Hausärzte, die ihre PatientInnen im Heim betreuen, geht es darum, einen guten Austausch mit dem Personal des Heims zu pflegen. Denn in vielen Situationen wird eine gute Schmerztherapie und Symptomkontrolle erst dann möglich sein, wenn pflegerisches und ärztliches Bemühen zusammengeführt werden. Der Schmerz ist schnell vergessen, wenn der Arzt im Zimmer steht. Und kommt wieder zurück, kaum dass der Doktor das Zimmer verlassen hat. Ob und wie ein verordnetes Medikament wirkt, wird zuerst und am intensivsten vom Pflegepersonal wahrge-

nommen. Der Austausch mit den betreuenden Ärzten ist daher von elementarer Bedeutung für eine gute Schmerz- und Symptomkontrolle.

Angehörige sind wichtige Bezugspersonen für die BewohnerInnen. Doch sie können auch zur Belastung werden. Angehörige sind daher immer Teil der Betreuung: als Brücke zum Patienten und als Menschen, die selbst Stütze und Entlastung erfahren sollen. Stütze und Entlastung kann z.B. eine geglückte Hospiz-Begleitung



bieten oder ein seelsorgliches Gespräch mit einer Person des Vertrauens. Manchmal aber auch ein kurzer Dialog mit dem Pflegepersonal fünf Minuten zwischen Tür und Angel. Die Situation sterbender Menschen ist so außerordentlich, dass es der Anstrengungen aller Beteiligten bedarf, um sich gut aufeinander abzustimmen.

Auf diesem Hintergrund hat die Hospizbewegung Vorarlberg ein Projekt angeregt, das vor kurzem gestartet wurde. Sechs Vorarlberger Pflegeheime machen sich auf den Weg, um die Betreuung Sterbender in ihrem Heim

modellhaft weiter zu verbessern. Es sind dies die Heime in Schruns, Götzis, Hard, Wolfurt, Langenegg und Bezau. Als Orientierungspunkt dient ein Katalog, der von einer interdisziplinären Expertengruppe ausgearbeitet wurde. Das Projekt „Palliative Care im Heim“ wird von der Hospizbewegung Vorarlberg geleitet und in Partnerschaft mit dem Land Vorarlberg, dem Institut für Gesundheits- und Krankenpflege und der Ärztekammer für Vorarlberg durchgeführt. Die Ergebnisse des Projektes werden im Oktober 2005 öffentlich

vorgelegt. Die Erfahrungen aus diesem Projekt sollen auch allen anderen Heimen zugute kommen.

Mit dem Projekt „Palliative Care im Heim“ beweisen die Vorarlberger Heime wiederum, dass sie sich engagiert für die Lebensqualität ihrer BewohnerInnen einsetzen und aktiv Verbesserungen in ihrer Betreuung in Angriff nehmen. Nutznießer dieses Projektes, so das Ziel, sollen nicht nur die 500 Personen sein, die jährlich in den Heimen sterben, sondern alle HeimbewohnerInnen, aber auch die Angehörigen und das betreuende Personal.

**FACTBOX:
PALLIATIVE BETREUUNG
(„PALLIATIVE CARE“)**

Der palliative Betreuungsansatz beruht auf der Hospizidee. Nicht nur jene, die in einem Hospiz untergebracht sind, sollten von diesem Ansatz profitieren, sondern alle, die es brauchen. Palliative Care bedeutet die Integration der Hospizidee in die reguläre Versorgung.

PALLIATIVE CARE

- bietet Schmerz- und Symptomkontrolle;

- bejaht das Leben und sieht das Sterben als normalen Prozess;
- beabsichtigt das Sterben weder zu beschleunigen noch hinauszuzögern;
- integriert die psychologischen und spirituellen Aspekte der Patientenbetreuung;
- bietet ein System der Betreuung an, damit die Patienten bis zum Tod so aktiv wie möglich leben können;
- bietet ein System der Betreuung an, um die Angehörigen im Umgang mit der Krankheit und in der Trauer zu unterstützen;



- nützt die Arbeitsform eines Teams, um den Bedürfnissen von Patienten und Angehörigen gerecht zu werden; dazu gehört bei Bedarf auch Trauerberatung;
- verbessert die Lebensqualität und kann sich positiv auf den Krankheitsverlauf auswirken...

Abschied in Würde



*Elmar Kalb
Gestalter von
Trauerfeiern, Schlins*

Der Verein für die Gestaltung von Trauerfeiern ist seit zehn Jahren in Vorarlberg tätig und bemüht, für alle Verstorbenen, ohne Rücksicht auf deren Konfession oder Weltanschauung, eine würdige Verabschiedung und Beisetzung zu ermöglichen.

Für Gestaltung und Ablauf sind in erster Linie die hinterlassenen Wünsche des/der Verstorbenen

maßgebend, in weiterer Folge jene der Angehörigen, welche in einem ausführlichen Gespräch mit diesen vereinbart werden.

Es stehen verschiedene Gestaltungselemente zur Verfügung. Der sehr persönliche Nachruf hängt wesentlich von den Angaben der Angehörigen ab. Kirchliche Räume können verwendet werden, wenn der Ortspfarrer dazu die Erlaubnis erteilt. Die Trauerfeier soll dem Verstorbenen gerecht werden, für die trauernden Angehörigen tröstlich und für das soziale Umfeld passend sein. Der Termin für die Verabschiedung wird gemeinsam mit dem Bestatter und den

Angehörigen festgelegt. Zwischen dem Trauergespräch mit den Angehörigen und dem Tag der Verabschiedung soll genügend Zeit zur Vorbereitung liegen.

»Abschied in Würde« steht Mitgliedern kostenlos, Nichtmitgliedern gegen Kostenersatz zur Verfügung. Jedes Mitglied kann beim Verein seine besonderen Wünsche hinterlegen. Sowohl Mitglieder wie Mitarbeiter sind herzlich willkommen!

»Abschied in Würde«
6840 Götzis, Kornfeld 32
Tel. +43 (0)664/4606491
Mail: awue@vol.at, Internet:
<http://members.vol.at/awue/>

Die letzten Dinge geregelt wissen

Offene Information des Krematoriums Hohenems fördert Gesprächsbereitschaft



Alfons J. Kopf
Freier Journalist

Jede Geschichte, wenn man sie lang genug erzählt, endet mit dem Tod, meint Ernest Hemingway. Das wissen wir; manche verdrängen diese Gewissheit zwar, viele Kranke und alte Menschen hingegen erwarten gelassen, dass sich der Kreis ihres Lebens schließt. Und in oft erstaunlich offener Art sprechen sie auch über die Zeremonie des Abschieds, darüber, wie sie sich ihre Bestattung vorstellen.

„Aber Mama, über das musst du doch jetzt noch nicht reden, das ist noch lange nicht so weit!“

Immer wieder, so berichtet ein Bürgermeister, hört er diesen Satz, wenn er Jubilaren zu hohen Geburtstagen gratuliert oder Erkrankte besucht. Wenn ihre Angehörigen das Thema vermeiden, verweisen sie selbst darauf, dass ihr Leben gewiss nicht mehr allzu lange dauern werde und berichten dem Bürgermeister, wie sie sich ihre Beerdigung vorstellen. Es ist offenbar nicht immer einfach, dieses Thema im Gespräch mit der Tochter, mit dem Sohn anzuschneiden.

OFFENE INFORMATION

Gewiss, es schmerzt, wenn ein lieber Mensch darüber spricht,

wie nach seinem Tod mit seinen sterblichen Überresten zu verfahren sei. Die offene Art der Information, wie sie vom Ethik & Umwelt Krematorium Hohenems seit der Eröffnung im Dezember 1998 praktiziert wird, hat aber ganz offensichtlich die Gesprächsbereitschaft auch über dieses vermeintlich heikle Thema gefördert.

Nach der Eröffnung des Vorarlberger Krematoriums nutzten zahlreiche Interessierte die Tage der offenen Tür, um sich über die würdevolle Feuerbestattung zu informieren. Inzwischen sind es Woche für Woche Besuchergruppen aus dem ganzen Land und dem nahen Ausland, die sich selbst vom pietätvollen Umgang mit Verstorbenen bei der Kremation überzeugen.

MEHR FEUERBESTATTUNGEN

Seit zwei Jahren übersteigt in Vorarlberg die Zahl der Feuerbestattungen jene der Erdbestattungen, 2003 wurden 55% der im Land beigesetzten Verstorbenen kremiert. In manchen Gemeinden gibt es inzwischen kaum mehr Erdbestattungen, in Mellau etwa wurden während der vergangenen beiden Jahre ausschließlich Urnen beigesetzt, in den meisten Rheintalgemeinden liegt der Anteil zwischen 60 und 95 Prozent.

KOSTENARGUMENT

Die Pfarreien gestalten die Verabschiedung von Verstorbenen

unabhängig von der Bestattungsart inzwischen in der gleichen Weise, würdig und pietätvoll. Ein Argument für den Vorzug der Feuerbestattung sind gewiss auch die Kosten. Trotz des Anteils für die Kremation kostet die Urnenbeisetzung deutlich weniger als die Beisetzung eines Sarges. Besonders dann, wenn noch kein Familiengrab vorhanden ist, sind erhebliche Kostenunterschiede festzustellen.

Für Gemeinden, die über geringe Platzreserven auf dem Friedhof verfügen oder wo der Untergrund Probleme bereitet, erweist sich die wachsende Zustimmung zur Feuerbestattung als besonders hilfreich. Urnengrabstätten nehmen deutlich weniger Platz in Anspruch, in bestehende Erdgräber können wesentlich mehr Urnen als Särge beigesetzt werden. Dazu kommen Umweltschutzmotive: Asche aus der Kremation ist völlig keimfrei, es gibt also keinerlei Beeinträchtigung auch bei Friedhofsanlagen mit hohem Grundwasserstand. Weil im Krematorium Hohenems auch Europas modernste Filteranlage eingebaut ist, gibt es zudem bei der Einäscherung keinerlei schädliche Emissionen.

Besuche im Krematorium Hohenems können unter der Tel. Nr. 05576/43111 vereinbart werden. Internet: www.krematorium.vol.at

Tipps

Seit Juli diesen Jahres gibt es in Vorarlberg eine Änderung im Sozialhilfegesetz bezüglich der Kurzzeitpflege.

Die Unterstützung aus Mitteln der Sozialhilfe aus dem Titel „Urlaub von der Pflege“ wurde von vier Wochen auf bis zu sechs Wochen verlängert. Barvermögen, Sparguthaben etc. müssen erst ab einem Betrag von € 15.000,-- (bisher € 14.000,--) eingesetzt werden. Die Unterstützung gilt auch für die sog. „Übergangspflege“.

Darunter versteht man den vorübergehenden Heimaufenthalt einer hilfs- bzw. pflegebedürftigen Person, um alles für eine häusliche Pflege vorzubereiten. Hier wird eine Unterstützung bis zu vier Wochen geboten. Der Antrag auf Gewährung dieser Sozialhilfe ist über das Gemeindeamt, in dem die hilfsbedürftige Person ihren Hauptwohnsitz hat, einzubringen.

VORGANGSWEISE

Anmeldung in einem Alters- oder Pflegeheim für ein Urlaubsbett. Sie benötigen für den Sozialhilfeantrag die Höhe der täglichen Verpflegungskosten und die Pflegeeinstufung im Heim. Das Heim Ihrer Wahl lässt Ihnen diese Informationen

zukommen. Ausfüllen des Antrags.

Zur Berechnung der Unterstützung werden folgende Punkte berücksichtigt:

- Barvermögen der pflegebedürftigen Person über € 15.000,--;
- 80% der Pension - eine Unterhaltsverpflichtung gegenüber dem Ehegatten wird berücksichtigt;
- Pflegegeld (bis auf ein kleines Taschengeld).

Die Summe, die offen ist, wird von der Sozialhilfe übernommen.

Verkaufe

„Petermann II“, Badelift mit Elektro-Akku, 2 Jahre alt, um € 500,--; Treppensteigergerät „Scalamobil S 20“, komplett mit Ladegerät, rd. 2 Jahre alt, um € 3.500,--.

Hans Gufler, Thomas Rhomburgstraße 2a, 6850 Dornbirn, Tel. 05572/3848-1111

Rollstuhl Marke „Skandinavian Mobilit“ Modell REA Komfort mit Nackenstütze, verstellbarer Rückenlehne und Fußhalterung, inkl. passendem Esstischchen. Bj. 1996, Neupreis € 3.600,-- Verkaufspreis € 1.200,--.
Helmut Natter, St. Antoniusweg 30, 6922 Wolfurt, Tel. 05574/71094

Im Namen der



Eva Kollmann

Jetzt, da ich diese Zeilen schreibe, blühen landauf, landab die Rosen in wunderbarer Farbenpracht und Vielfalt. Wenn Sie, liebe Pflegende Angehörige, diesen Artikel lesen, ist es Herbst und die Rosen sind verblüht. Das ist der Kreislauf der Natur und des Lebens. Legenden, Geschichten und Informationen über die Rose sollen Sie in die eher düstere Jahreszeit begleiten.

Die Rose ist älter als die Menschheit, es gab sie bereits im Tertiär, vor ca. 67 Millionen Jahren. Nach den meisten Überlieferungen ist es die weiße Rose, die uns Erdenbürger als erste verzauberte. Der Schaum der Meeresbrandung, aus der Aphrodite geboren wurde, verwandelte sich in eine weiße Rose.

Eine andere Legende besagt, dass eine Nachtigall sich in die Rose verliebte, durch ihre Dornen aber verletzt wurde und mit ihrem Herzblut die weiße Rose rot färbte. Und Eva ist nicht nur unsere Stammutter, sondern sie brachte uns aus dem Paradies

Rose

eine weiße Rose mit, die sie im kargen Boden der öden Welt einpflanzte und mit ihren Tränen begoss. So wurde also die Rose aus dem Garten Eden in unsere Gärten gerettet. Soviel also zur Entstehungsgeschichte der Rose. Sie wurde schon um 600 v. Chr. von der griechischen Dichterin Sappho als „Königin der Blumen“ besungen:

*Wie ein jungfräulich Erröten
zieht es durch die Lauben hin:
Oh, die Rose! Ach, die Rose
ist der Blumen Königin!*

Und diesem Beispiel folgend, hat wahrscheinlich kein Dichter es verabsäumt, ein Hohelied auf die Rose zu schreiben, wie z.B. der deutsche Dichterkönig Goethe, der mit „Sah ein Knab ein Röslein stehn...“ wohl das bekannteste Rosengedicht verfasst hat.



Und welcher in erster heißer Liebe entflammte Jüngling hat seiner Angebeteten nicht eine Rose geschenkt oder zumindest ein Gedichtlein gewidmet, in

dem von „Wangen so rot wie Rosen“ oder von „einem Rosenmund“ die Rede war? Und was die Dichter konnten, das konnten die Komponisten, besonders der „leichten“ Musik (das ist nicht abwertend gemeint), ganz gewiss. Wer von uns tanzte nicht schon einmal zu den Klängen des Strauß-Waltzers „Rosen aus dem Süden“, trällerte „Schenkt man sich Rosen in Tirol“, träumte von „Weißen Rosen aus Athen“ oder wünschte sich „Auf mich soll's rote Rosen regnen“? Und so mancher schöne Tag, zumindest in meinem Leben, ging mit dem Lied von Johannes Brahms „Guten Abend, gut Nacht, mit Rosen bedacht...“ zu Ende. Eines der schönsten Lieder, nämlich „L'important c'est la rose...“ gesungen von Gilbert Bécaud, verweist mit dem Text auf den Kleinen Prinzen (von Saint Exupéry), der eine Begeg-



nung mit einer Rose hat.

Aber die Rose ist nicht nur ein Symbol für Liebe, Unschuld und Treue, sondern - wahrscheinlich

wegen ihrer Dornen - auch für betrübliche Sachen. Die blutigen Rosenkriege (1455 - 1485) zwischen den englischen Häusern Lancaster (rote Rose im Wappen) und York (weiße Rose) stürzten das Land in einen fürchterlichen Bürgerkrieg

Die „modernen“ Rosenkriege sind nicht so blutig, lassen aber beide Seiten (nämlich die in Scheidung begriffenen Eheleute) sehr verletzt zurück. Nur Maria, die Mutter Jesu, ist die „Rose ohne Dornen“ und die „geheimnisvolle Rose“ (aus der Laurentianischen Litanei). „Die weiße Rose“ steht auch für eine der tragischsten Widerstandsgruppen des Dritten Reiches, nämlich die Geschwister Scholl.

Nun aber möchte ich Ihnen von einer Rose erzählen, die gar keine Rose ist, aber doch so



heißt: von der „Rose von Jericho“, auch Auferstehungsblume genannt. Auch von ihr erzählt die Legende, dass diese „Rose“ die Jungfrau Maria auf

der Flucht nach Ägypten vor den Häschern des Herodes bewahrt hat und dafür von ihr gesegnet und mit dem ewigen Leben belohnt wurde.

Sie kam vor über 1000 Jahren aus den tropischen wasserarmen Gebieten Vorderasiens durch Kreuzritter nach Europa. Sie gilt als Segen und Glücksbringer für das Haus und seine Bewohner in alle Ewigkeit. Die „Rose von Jericho“ verkümmert in der Trockenzeit zu einem ballähnlichen Büschel und lässt sich vom Wüstenwind über weite

Strecken rollen. Trifft sie auf eine Wasserstelle oder nässt sie der Regen, öffnet sich der Ballen und erwacht zu neuem, grünem Leben; dann verkümmert sie wieder. Und das geht über Jahrhunderte so.

Sogar in ägyptischen Grabkammern hat man sie gefunden. Deshalb werden ihr auch überirdische, heilende Kräfte zugeschrieben, denn sie hat das ewige Leben. Erleben Sie selbst, wie sich aus einem vertrockneten Büschel, das Sie mit Wasser übergießen, innerhalb von

Stunden eine wunderbar grüne Pflanze entwickelt.

Liebe Pflegende Angehörige, ich wünsche Ihnen mit den folgenden Worten, dass irgendwo irgendwer eine nie verblühende Rose für Sie bereithält:

Du fürchtest, diese Rose der Liebe könnte eines Tages verblühen? Rosen sterben doch nur geschnitten, im abgestandenen Wasser der Vasen. Aber gepflanzt in den Boden des Herzens, erneuern sie ihr Blühen für immer.

Vorsorge.
„Ich bin fit
für meine
Zukunft.“



Der beste Zeitpunkt, sich fit zu machen, ist immer jetzt. Besonders wenn es um's Veranlagen und Vorsorgen geht. Schließlich weiß man nie, was die Zukunft bringt. Nur soviel ist sicher: Wir von der Volksbank haben die besten Fitnessprogramme für ihre Vorsorge und Geldanlage.

**DAMIT SIE SO SEIN KÖNNEN
WIE SIE SIND.**

www.volksbank.at

 **VOLKSBANK**
VERTRAUEN VERBINDET.



Therapie- & Pflegebett - Embru CLASSIC

Dieses Bett ist konzipiert für die professionelle Therapie und Pflege von Patienten im Heim und daheim. Kompromisslose Technik in wohntonischem Design ermöglichen therapeutische Lagerungen und eine schonende Pflege für den Patient. Körpergerechtes und kraftentlastendes Arbeiten zum Wohle von Patient und Betreuenden.



Verleih - Verkauf:



Feuerstein & Klockner GmbH • Humantechnik
A-6800 Feldkirch, Riedsteilweg 14
Telefon 05522/74901, Telefax 05522/73371

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:
Institut für Gesundheits- und Krankenpflege (IGK)
Bildungshaus Batschuns
Mit Unterstützung der Vbg. Landesregierung

Redaktionsteam:
Maria Lackner, IGK
Dagmar Habian, IGK
Angelika Pfitscher, BH Batschuns
Peter Hämmerle, VLR

Redaktionsadresse:
IGK, A-6903 Bregenz, Broßwaldeng. 8, Postfach 52
Tel. 0043 (0) 5574 / 48 787-0
Fax: 0043 (0) 5574 / 48 787-6
E-mail: pr@igkv.at

Für den Inhalt verantwortlich:
Die Herausgeber

Lay-out und Satz:
Andrea Kratzer, IGK

Druck:
Hecht Druck, Hard

Copyright:
Alle Rechte vorbehalten, Copyright ©
Nachdruck, auch auszugsweise,
nur mit Genehmigung des Redaktionsteams.

Bildquellennachweis:
Titelbild: Urs Pfluger, Werbebüro Bludenz
Nikolaus Walter, Feldkirch
Krematorium Hohenems
Helga Fürst
Maria Lackner

„daSein“ erscheint viermal im Jahr

Bezugsbedingungen:

Abo Preis	Einzelpreis
Inland: € 9,00	Inland: € 3,00
Ausland: € 12,00	Ausland: € 3,60

Institutionsrabatt:
Bei Abnahme von mind. 5 Abos - 10%
Bei Abnahme von mind. 10 Abos - 20%
Die Preise beinhalten MwSt. und Versandkosten.

Bestellungen:
Siehe Redaktionsadresse

Konto:
Hypo Bank Bregenz, BLZ 58.000
Konto Nr. 11200117

DVR: 0419818

Die Inhalte wurden gewissenhaft recherchiert,
die Redaktion übernimmt jedoch keine Haftung.
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht
unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

MEDIENINHABER



MIT UNTERSTÜTZUNG VON:



BUNDESMINISTERIUM
FÜR SOZIALE SICHERHEIT
GENERATIONEN UND
KONSUMENTENSCHUTZ

feierabend

**gegen abend
lege ich meine
panik zur ruhe
nie ist es genug
nie enden
die forderungen
im tageskalender**

**so lass uns
diesem tag den
frieden erklären**

**vielleicht dass
mein lächeln
noch etwas wendet
abends
für dich**

gudrun reinboth

VORSCHAU • ZEIT-PFLEGE - PFLEGE-ZEIT SCHWERPUNKT CHRONISCH-KRANK-SEIN

WERDEN AUCH SIE ABONNENT DER ZEITSCHRIFT „DASEIN“!

Bitte füllen Sie die untenstehende Allonge aus und senden Sie diese in einem Kuvert an die Redaktionsadresse: IGK, Redaktion „daSein“, Broßwaldengasse 8, Postfach 52, 6903 Bregenz.

Herzlichen Dank - das Redaktionsteam!

Ja, ich habe Interesse und
 abonniere die Zeitschrift „daSein“
 abonniere Abonnements der Zeitschrift „daSein“ (Institutionsrabatt).

Ich werde
 ordentliches Mitglied (gelernte Pflegepersonen - Mitgliedsbeitrag € 48,10 pro Jahr)
 außerordentliches Mitglied (Pflegende Angehörige, Interessierte - Mitgliedsbeitrag € 14,10 pro Jahr)
des IGK und abonniere „daSein“ zum Mitgliederpreis von € 5,30 (Ausland: € 7,50).

Name/Institution: _____

Geb.-Datum: _____

Straße, PLZ, Ort: _____

Telefon / Fax / E-mail: _____

Zahlungswunsch für den Beitrag:
Bank: _____

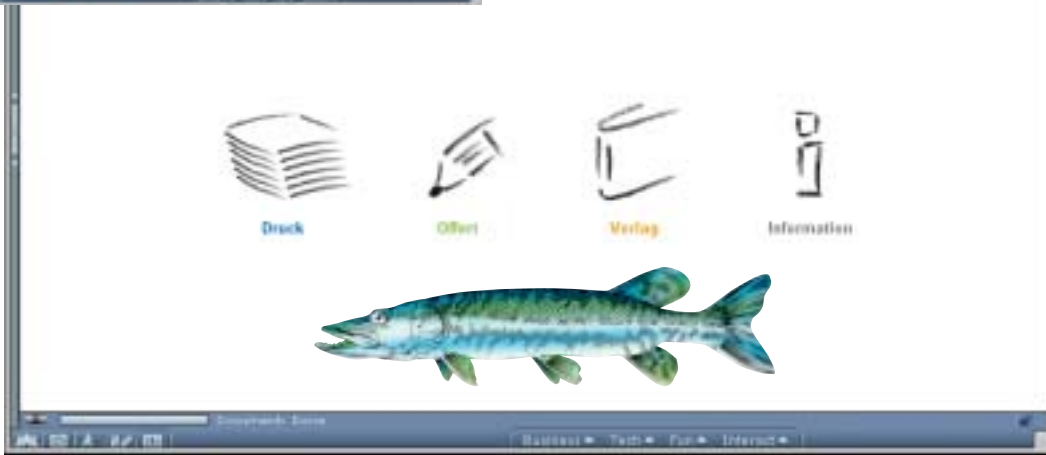
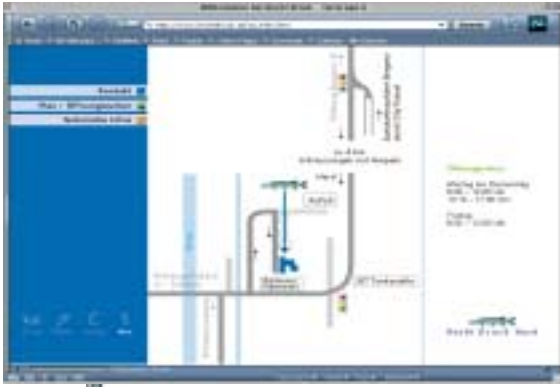
Zahlschein
Bankleitzahl: _____

Bankeinzug
Kontonummer: _____

Ich erkläre mich hiermit einverstanden, dass meine persönlichen Daten für Dokumentationszwecke vom IGK verwendet werden!

Datum: _____

Unterschrift: _____



www.hechtdruck.at

*Schön,
dass jemand da ist!*



Ist es nicht ein gutes Gefühl, sich in sicheren Händen zu wissen? Nach einem Aufenthalt im Krankenhaus, während die Angehörigen Urlaub machen oder einfach für ein paar Wochen Kraft tanken – mit unserer **Urlaubspflege**. Auf uns können Sie sich verlassen. Wir gehen mit Ihnen Hand in Hand durchs Alter.
Schön, Geborgenheit zu erfahren!

SENIOREN RESIDENZ
MARTINSBRUNNEN
DORNBIRN

Schön, daheim zu sein!



Eisengasse 10 • 6850 Dornbirn
Telefon: 05572/38 48 • Telefax: 05572/53 552
martinsbrunnen@humanocare.at
www.seniorenresidenz.at



Hartl Consulting (BzG)

HARTL CONSULTING / BzG



ab
€ 1.108,-
pro Monat

**„Eine Senioren Residenz –
kann ich mir das leisten?“**

Sicher! Sie haben Ihr Leben lang hart gearbeitet. Jetzt ist es an der Zeit, dass Sie an sich selbst denken. Die Senioren Residenz versteht sich als Schnittpunkt zwischen Geselligkeit und Gesundheit, zwischen Geborgenheit und Lebensfreude.
Bringen Sie Leben in Ihr Leben.

SENIOREN RESIDENZ
MARTINSBRUNNEN
DORNBIRN

Schön, daheim zu sein!



Eisengasse 10 • 6850 Dornbirn
Telefon: 05572/38 48 • Telefax: 05572/53 552
martinsbrunnen@humanocare.at
www.seniorenresidenz.at

