

KURSE

Filzen – Gebrauchsgegenstände

NENDELN – Die Technik des Filzens aufzeigen, um praktische Gegenstände wie z. B. Pantoffeln, Handschuhe, Mützen, Hüte, Taschen und Kinderspielsachen herzustellen. Durch das Verfilzen von Schafwolle stellen die Teilnehmenden praktische Gegenstände für den täglichen Gebrauch her. Der Kurs 139 unter der Leitung von Ursula Vinzenz beginnt am Montag, den 23. Oktober um 18.30 Uhr in der alten Schule in Nendeln. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (PD)

Krippenfiguren

BALZERS – Könige, Engel, Hirten, Kinder. An den acht Abenden werden fünf Krippenfiguren hergestellt. Zur Vervollständigung unserer Weihnachtskrippe stellen die Teilnehmenden Könige, Engel, Hirten oder Kinder her. Der Kurs 116 unter der Leitung von Anni Schön beginnt am Dienstag, den 17. Oktober um 20 Uhr in der Primarschule Iramali in Balzers. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (PD)

Faszination Laub –
Neue Ideen mit Blättern

SCHELLENBERG – Einführung in floristisches Gestalten mit Laub, Farbe und Wachs. Die Teilnehmenden gestalten mit Laub, Wachs und Farbe wunderschöne Werke. Der Kurs 186 unter der Leitung von Sonja Elkuch findet am Montag, den 16. Oktober von 19 bis 22 Uhr in der Primarschule in Schellenberg statt. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (PD)

Meinen persönlichen
Lerntyp erkennen

SCHAAN – Wer lernt, nimmt Informationen über seine Sinnesorgane auf. Über diese gelangt der Lernstoff in das Gedächtnis und wird dort gespeichert. Da die einzelnen Sinnesorgane bei jedem von uns unterschiedlich beschaffen sind und es gerade beim Lernen Gewohnheiten und Vorlieben gibt, lernt jedes Kind und jeder Erwachsene auf seine eigene unverwechselbare Art. Wer seinen Lerntyp kennt und ihn beim Lernen berücksichtigt, kann Informationen schneller und nachhaltiger aufnehmen. Die Lernzeit lässt sich verkürzen und die Chance, Gelerntes wieder abzurufen, ist hoch. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die einzelnen Lerntypen kennen, sich selbst und Ihre Kinder/Umwelt den richtigen Lerntypen zuzuordnen, sowie einfache Übungen, die helfen, den Lernalltag besser zu bewältigen. Der Kurs 739 unter der Leitung von Elisabeth Gassner beginnt am Montag, den 23. Oktober um 20.15 Uhr im Haus Stein-Egerta in Schaan. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail info@stein-egerta.li. (PD)

Mitgefühl – kein Mitleid

Hospizbewegung Liechtenstein – Engagement für die Lebensqualität

SCHAAN – **Kommenden Samstag findet weltweit der zweite Hospiz- und Palliativtag statt. Grund genug für das «Volksblatt» mit Franz-Josef Jehle, dem Präsidenten der Hospizbewegung Liechtenstein (HBL) und Hildegard Corba, Sekretariatsleiterin und aktives Gründungsmitglied des Vereins, über Wirken und Ziele der HBL zu sprechen.**

• Stéphanie Fuchs

Als Einleitung zum folgenden Interview soll ein Zitat von Cicely Saunders (1918 bis 2005), der Gründerin der modernen Hospizbewegung, das Leitbild der HBL umschreiben: «Du bist wichtig, einfach, weil du du bist. Du bist bis zum letzten Augenblick deines Lebens wichtig. Und wir werden alles tun, damit du nicht nur in Frieden sterben kannst, sondern Leben kannst bist zuletzt.»

«**Volksblatt:** Gleich zu Beginn die Frage: Ist die Einführung der Patientenverfügung auf dem Hintergrund zu verstehen, dass einer der sechs Grundpfeiler der Hospizarbeit lautet: Die Selbstbestimmung ist das höchste Gut?»

Franz-Josef Jehle: «Dies ist ein Grund, dass wir in Zusammenarbeit mit der Ärztekammer diese Verfügung herausgegeben haben. Den Menschen wird so ermöglicht, darüber zu entscheiden, ob lebensverlängernde Massnahmen angewandt oder Palliativmedizin zum Zuge kommen soll. Die Verfügung soll jedoch immer gemeinsam mit dem jeweiligen Vertrauensarzt ausgefüllt werden, der die eigenen Wünsche und Probleme kennt und so eine optimale Beratung betreffend dem wichtigen letzten Lebensabschnitt zukommen lässt.»

Lebensqualität
verbessern

Vor diesem Hintergrund ist die Patientenverfügung eine Möglichkeit, die Lebensqualität eines jeden Menschen bis zum Schluss zu erhalten.»

Wie antworten Sie auf Fragen nach einem Leben nach dem Tod?

Hildegard Corba: «Über ein auf das Jenseits bezogenes Leben kann ich keine direkten Angaben machen und auch keine Fragen beantworten, denn ich war noch nie da. Bis zur Lebensschwelle kann ich mitgehen. Was danach kommt, ist für

SECHS SÄULEN

Die internationale Hospizarbeit basiert auf sechs Grundpfeilern, welche immer den sterbenden Menschen und die Angehörigen mit deren Bedürfnissen und Wünschen in den Mittelpunkt rücken.

Die Grundelemente lauten:

- Leben können bis zuletzt
 - Ängste verstehen und miteinander tragen
 - Schmerzlinderung und Palliativtherapie
 - Interdisziplinäres Team von Fachpersonen
 - Ehrenamtliche Helferinnen
 - Kontinuität in der Betreuung während des Sterbens und nach dem Tod. Selbstbestimmung ist das höchste Gut.
- Diesen Einstellungen ist jegliches Denken und Handeln der Helfenden unterzuordnen

mich jedoch ebenso ein Geheimnis wie für die betroffene Person. In Fällen, wo diese Frage gestellt wird, antworte ich immer mit Gegenfragen. Denn alle haben ihre eigenen Vorstellungen über das, was nach dem Tod passiert. Zudem ist es wichtig, Rückfragen zu stellen, um der Gefahr des falschen Hineininterpretierens vorzubeugen.»

Franz-Josef Jehle: «Zwei Schwerpunkte in unserer Ausbildung liegen daher in der Herzensbildung und der Kommunikation.»

«Das einfühlsame auf
Menschen eingehen ist
ausschlaggebend»

Nicht die Aneignung eines enormen Wissens in irgendeinem Bereich, sondern das einfühlsame auf Menschen eingehen ist ausschlaggebend bei unserer Arbeit. Die stete Hinterfragung des eigenen Handelns ist ein weiterer Bestandteil der Hospiztätigkeit. Denn nicht ich bestimme, wo es lang geht, sondern der Sterbende ist derjenige, der mir etwas beibringt und mir seine Wünsche und Anliegen mitteilt. Diese reichen von der Schlichtung von Streitigkeiten, der Erledigung von letzten erbschaftsbezogenen Abklärungen bis zum Wunsch eines bestimmten Ausfluges. Meine Aufgabe besteht darin, diese Anliegen wahrzunehmen, aufzugreifen und nach Möglichkeit umzusetzen.»

Der Sterbende ist
derjenige, der mir
etwas beibringt

Wie stehen Sie den Angehörigen bei. Was ist hierbei wichtig?

Franz-Josef Jehle: «Uns ist es wichtig, mit Ressourcen zu arbeiten. Das heisst beispielsweise, herauszufinden versuchen, welche Hobbys ein Mensch betreibt, die ihm helfen können, die schwierige Zeit der Trauer zu überbrücken. Vor allem nach vier bis sechs Wochen ist es wichtig, Personen zu betreuen, da die Gefahr dann sehr gross ist, dass sie in ein Loch fallen. Bis dahin sind sie meistens mit dem Verschicken und Beantworten von Trauerkarten, der Organisation der Beerdigung, u.s.w. beschäftigt, was ihnen zu ein wenig Ablenkung verhilft. Danach breitet sich jedoch eine Leere aus. Uns geht es dann in erster Linie darum, diese Leere wieder aufzufüllen und neue Perspektiven zu vermitteln.»

Wenn sich jemand an Sie wendet und um Ihre Hilfe bittet, wie genau wird dann vorgegangen?

Hildegard Corba: «Wenn jemand bei uns anruft, dann gehen

WELTHOSPIZTAG

Am kommenden Samstag findet zum zweiten Mal der Welthospiz- und Palliativtag statt. Zu Gunsten dieses Anlasses finden daher Konzerte und Aktionen auf dem ganzen Globus statt. In Liechtenstein engagiert sich die Hospizbewegung seit fünf Jahren speziell für ein menschenwürdiges Sterben. Anlässlich des Tages wird die HBL mit vermehrter Öffentlichkeitsarbeit auf ihre Anliegen aufmerksam machen.



Franz-Josef Jehle, der engagierte Präsident der HBL, betont die Wichtigkeit der Selbstbestimmung jedes betreuten Menschen.

wir offen bei diesen Leuten vorbei und hören zu allererst einmal zu. Denn alle Ressourcen, auf die wir zugreifen können, liegen beim Trauernden selbst.

Keine Lösungsmodelle
anbieten, sondern
herausfinden, was
die Person möchte

Alle Antworten auf seine Fragen und Wege, die er beschreiten möchte, findet er in sich selbst und unsere Aufgabe ist es, diese herauszuhören, aufzugreifen und im Gespräch einzusetzen, sodass es plötzlich bei ihm «klickt» und er die Lösung selbst erkennt. Wir können den Menschen keine fixen Lösungsmodelle anbieten, welche ihnen die nächsten Schritte eins zu eins vorgeben. Sondern lediglich hellhörig herausfinden, was die trauernde Person eigentlich möchte.»

Ist bei der Begleitung von Sterbenden «Angst» ein grosses Thema?

Hildegard Corba: «Aus meiner Erfahrung heraus, machen sich Sterbende meist mehr Sorgen um die Hinterbleibenden als um sich selbst. Sie sind dann meist auf das Wohlergehen der eigenen Leute ausgerichtet. Zudem habe ich bis jetzt vor allem sehr ausgeglichene Menschen angetroffen, welche in Frieden mit sich selbst standen und sich ihrer Situation völlig bewusst waren. Ich kann mich nur an einen Fall erinnern, wo die sterbende Person sich bis zuletzt rebellisch gegen den Tod gewehrt hat. Ansonsten ist es der Regelfall, dass die Leute mit einem ausgesöhnten Weltbild aus dem Leben treten.»

Franz-Josef Jehle: «Unbekanntes löst Angst aus. Je mehr ich mich jedoch über ein Thema informiere, desto kleiner wird die Angst. Genau so verhält es sich auch beim Sterben. Je mehr ich mich damit auseinandersetze und meinen Ängsten und Zweifeln auch hingeben kann, nimmt mir dies die Furcht vor dem grossen Unbekannten.»

Wie verarbeiten Sie persönlich das Ableben einer Person im Rahmen ihrer Tätigkeit?

Hildegard Corba: «Je nach Beziehung zu einer Person und Dauer der Begleitung löst das Sterben einer Person auch bei mir eine Leere aus. Diese muss ich anhand meiner Ressourcen überbrücken und verarbeiten. Das hindert mich jedoch nicht, auf diesem Weg weiterzuge-

hen. Denn es ist eine grosse Bereicherung, am Leben eines anderen Menschen teilzuhaben und ihm auf einem Teil seines Weges weiterzuhelfen, sei dies am Ende oder im Zuge seines Lebens. Trotzdem brauche auch ich eine Ansprechperson, mit der ich mich aussprechen und beraten kann.»

Franz-Josef Jehle: «Ich würde dies so umschreiben, dass ich zwar bereit bin mitzufühlen aber nicht mitzuleiden. Denn jeder Mensch muss selbst Todesfälle in seinem Leben überwinden.»

Dies erleichtert es mir, die Leute zwar zu begleiten aber mir auch immer wieder ins Gedächtnis zu rufen, dass die betroffene Person genauso lernen muss, mit dem Verlust eines ihm nahestehenden Menschen umzugehen wie ich auch. Wir können niemandem die Trauer abnehmen aber die Leute auf ihrem Weg durch die Trauer ein Stück weit begleiten.»

Bereit mitzufühlen, aber
nicht mitzuleiden

Welche Zukunftspläne verfolgt die Hospizbewegung Liechtenstein?

Franz-Josef Jehle: «Es ist ein grosses Anliegen von uns, die Vernetzung unter den verschiedenen Institutionen und Vereinen noch mehr zu fördern und so die Arbeit der Hospizbewegung noch fester zu etablieren. Zudem ist es auch wichtig, dass das Thema Sterben nicht tabuisiert, sondern offen angegangen wird und so auch präventive Wirkung bekommt. Viele verwechseln die Hospizbewegung zudem immer noch mit Sterbehilfe, was so nicht stimmt. Unsere Arbeit widmet sich der Lebens- und nicht der Todeshilfe. Ein Beitrag hierzu leistet sicher auch das Buch «Trauern gehört zum Leben», in welchem Trauernde ihre Erfahrungen offen und ehrlich schildern und andere Menschen darauf vorbereiten können, was bei einem Todesfall auf sie zukommen kann.»

KONTAKTADRESSE

Verein Hospizbewegung Liechtenstein, Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung, Postfach 360 bzw. Bahnstrasse 20, 9494 Schaan; Telefon: 233 41 38; Natel: 777 20 01; E-mail: h.corba@hospizbewegung.li oder f.jehle@hospizbewegung.li; Spendenkonto: VP Bank AG, Vaduz, Konto-Nr.: 328.658.248
www.hospizbewegung.li