

Publikations-Organ der Hospizbewegung Liechtenstein / Ausgabe Frühling 2023

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Verein Hospizbewegung Liechtenstein, Landstrasse 317, 9495 Triesen
Weitere Informationen finden Sie unter www.hospizbewegung.li



Das Märchen von der traurigen Traurigkeit

Es war eine kleine Frau, die den staubigen Feldweg entlang kam. Sie war wohl schon recht alt, doch ihr Gang war leicht, und ihr Lächeln hatte den frischen Glanz eines unbekümmerten Mädchens.

Bei der zusammengekauerten Gestalt blieb sie stehen und sah hinunter. Sie konnte nicht viel erkennen. Das Wesen, das da im Staub des Weges saß, schien fast körperlos. Es erinnerte an eine graue Flaneldecke mit menschlichen Konturen.

Die kleine Frau bückte sich ein wenig und fragte: "Wer bist du?" Zwei fast leblose Augen blickten müde auf. "Ich? Ich bin die Traurigkeit", flüsterte die Stimmen stockend und so leise, dass sie kaum zu hören war. "Ach, die Traurigkeit!" rief die kleine Frau erfreut aus, als würde sie eine alte Bekannte begrüßen. "Du kennst mich?" fragte die Traurigkeit misstrauisch. "Natürlich kenne ich dich! Immer wieder einmal hast du mich ein Stück des Weges begleitet." "Ja, aber..." argwöhnte die Traurigkeit, "warum flüchtest du dann nicht vor mir? Hast du denn keine Angst?" "Warum sollte ich vor dir davonlaufen, meine Liebe? Du weißt doch selbst nur zu gut, dass du jeden Flüchtigen einholst. Aber, was ich dich fragen will: Warum siehst du so mutlos aus?" "Ich... ich bin traurig", antwortete die graue Gestalt mit brüchiger Stimme.

Die kleine alte Frau setzte sich zu ihr. "Traurig bist du also", sagte sie und nickte verständnisvoll mit dem Kopf. "Erzähl mir doch, was dich so bedrückt." Die Traurigkeit seufzte tief. Sollte ihr diesmal wirklich jemand zuhören wollen? Wie oft hatte sie sich das schon gewünscht. "Ach, weißt du", begann sie zögernd und äußerst verwundert, "es ist so, dass mich einfach niemand mag. Es ist nun mal meine Bestimmung, unter die Menschen zu gehen und für eine gewisse Zeit bei ihnen zu verweilen. Aber wenn ich zu ihnen komme, schrecken sie zurück. Sie fürchten sich vor mir und meiden mich wie die Pest."

Die Traurigkeit schluckte schwer. "Sie haben Sätze erfunden, mit denen sie mich bannen wollen. Sie sagen: Papperlapapp, das Leben ist heiter. Und ihr falsches Lachen führt zu Magenkrämpfen und Atemnot. Sie sagen: Gelobt sei, was hart macht. Und dann bekommen sie Herzschmerzen. Sie sagen: Man muss sich nur zusammenreißen. Und sie spüren das Reißen in den Schultern und im Rücken. Sie sagen: Nur Schwächlinge weinen. Und die aufgestauten Tränen sprengen fast ihre Köpfe. Oder aber sie betäuben sich mit Alkohol und Drogen, damit sie mich nicht fühlen müssen." "Oh ja", bestätigte die alte Frau, "solche Menschen sind mir schon oft begegnet."

Die Traurigkeit sank noch ein wenig mehr in sich zusammen. "Und dabei will ich den Menschen doch nur helfen. Wenn ich ganz nah bei ihnen bin, können sie sich selbst begegnen. Ich helfe ihnen, ein Nest zu bauen, um ihre Wunden zu pflegen. Wer traurig ist, hat eine besonders dünne Haut. Manches Leid bricht wieder auf wie eine schlecht verheilte Wunde, und das tut sehr weh. Aber nur, wer die Trauer zulässt und all die ungeweinten Tränen weint, kann seine Wunden wirklich heilen. Doch die Menschen wollen gar nicht, dass ich ihnen dabei helfe. Statt dessen schminken sie sich ein grelles Lachen über ihre Narben. Oder sie legen sich

einen dicken Panzer aus Bitterkeit zu." Die Traurigkeit schwieg. Ihr Weinen war erst schwach, dann stärker und schließlich ganz verzweifelt.

Die kleine, alte Frau nahm die zusammengesunkene Gestalt tröstend in ihre Arme. Wie weich und sanft sie sich anfühlt, dachte sie und streichelte zärtlich das zitternde Bündel. "Weine nur, Traurigkeit", flüsterte sie liebevoll. "Ruh dich aus, damit du wieder Kraft sammeln kannst. Du sollst von nun an nicht mehr alleine wandern. Ich werde dich begleiten, damit die Mutlosigkeit nicht noch mehr an Macht gewinnt."

Die Traurigkeit hörte auf zu weinen. Sie richtete sich auf und betrachtete erstaunt ihre nette Gefährtin: "Aber... aber - wer bist eigentlich du?" "Ich", sagte die kleine, alte Frau schmunzelnd, und dann lächelte sie wieder so unbekümmert wie ein Mädchen: "Ich bin die Hoffnung."

(Inge Wuthe)

Internes der Hospizbewegung

Zusammenfassung aus dem Jahresbericht 2022

Das Berichtsjahr 2022 galt der Konsolidierung der HBL. Nach der Corona-Pandemie haben sich insgesamt sechs langjährige **ehrenamtliche Mitarbeiterinnen** der HBL aus der Begleitung zurückgezogen. Es sind dies: Fehr Rosmarie, Lampert Isabel, Kieber Elisabeth, Fehr Yvonne, Schatzmann Johanna und Rauter Michaela. Ihnen allen nochmals herzlichen Dank für den jahrelangen Einsatz. Gleichzeitig durften wir aber auch neue Ehrenamtliche begrüßen. Die aktiven Ehrenamtlichen konnten im Berichtsjahr insgesamt ca. 1.500 Einsatzstunden in der Begleitung von Menschen leisten (Vergleich: 2021: 1000 Std.). Sie haben in dieser Arbeit insgesamt 21 Personen begleitet. Fünf davon sind verstorben. Vielen Dank für den tollen Einsatz.

Bereits in der letzten Herbstausgabe der HOSPIZ-ZITIG haben wir ausgiebig über die **beiden Ausflüge** zum Hospize Villa Auguste in Leipzig und zum Hospiz am See in Bregenz berichtet.

Ein wesentlicher Schwerpunkt des Berichtsjahres war die Umsetzung des neuen Projektes „**Letzte Hilfe Liechtenstein**“, nachdem die HBL im Dezember 2021 die Lizenz dafür erworben hat. Fünf in Zürich ausgebildete Kursleiter/innen haben sich an vier Kursen (je 1 Nachmittag) mit insgesamt 66 Teilnehmenden mit dem Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen auseinandergesetzt. Ein besonderer Dank geht an die ehrenamtlichen Kursleiter/innen Yvonne Odoni, Margot Hassler und Franz Jehle von der HBL sowie Michael Rogner und Elisabeth Sommerauer von der LAK. Herzlichen Dank an dieser Stelle an die LAK, welche mit der HBL zusammen für dieses überaus wichtige Projekt verantwortlich ist.

Auch im Berichtsjahr 2022 durften wir insgesamt CHF 78.000.- an **Spenden** entgegennehmen. Dafür danken wir allen grossen und kleinen Spender/Innen von ganzem Herzen. Einen Teil davon haben wir wieder an unser Partnerhospiz Helderberg in Südafrika (siehe Bericht) weitergeleitet.

Ganz herzlichen Dank allen Freunden, Gönnern und Spendern für die finanzielle und ideelle Unterstützung.

„Du bist wichtig, weil du du bist“



"Du bist wichtig, weil du du bist, und du bist wichtig bis zum Ende deines Lebens. Wir werden alles tun, was wir können, um dir nicht nur zu helfen, friedlich zu sterben, sondern auch zu leben, bis du stirbst."

Dame Cicely Saunders, Begründerin der modernen Hospizbewegung

Die Worte von Cicely Saunders, die die moderne Hospizbewegung umschreibt, werden von Last Aid genutzt, um der ganzen Gesellschaft nahezubringen, was Tod und Sterben bedeutet.

Im Februar 2022 besuchten drei Personen von der HBL und bei einer anderen Gelegenheit zwei Personen von der LAK eine Kursleitungsschulung in Zürich und wir erlangten eine Lizenz, um Last Aid Kurse in Liechtenstein anzubieten.

Das Interesse der Gesellschaft und die Teilnahme an den Kursen, die wir angeboten haben, haben gezeigt, dass es einen Bedarf an dieser Art von Informationen gibt.

Ich hatte die Gelegenheit, an der 3. Internationalen Letzte-Hilfe-Konferenz teilzunehmen, welche am 28. und 29. Oktober 2022 in Maribor, Slowenien, stattfand.

Am 27. Oktober, dem Tag vor dem Kongress, trafen sich die Kursleiter:innen aus verschie-



denen Ländern zu einem Online-Workshop, um das aktuelle Kursmaterial zu besprechen und gemeinsam alle Folien der Kurspräsentation durcharbeiten. Ziel war es, dort Änderungen und Verbesserungen vorzunehmen, wo praktische Erfahrungen oder veränderte Umstände dies erforderlich machten.

Ich habe mich sehr gefreut, Eva Niedermann aus Zürich zu treffen. Sie hat uns zu Kursleiter:innen ausgebildet und mich mit den Anwesenden und der Arbeitsweise der Konferenz vertraut gemacht.



Eva Niedermann, Dr. Georg Bollig und Yvonne Odoni

Nachdem wir einen Tag lang in einem Hotelzimmer mit instabilem Internet gearbeitet hatten, waren wir alle froh, als wir uns persönlich an der Medizinischen Fakultät treffen konnten, wo wir von Erika Zelko aus Slowenien begrüsst wurden. Ich hatte das Privileg, Georg Bollig, den Gründer von Last Aid, zusammen mit Teilnehmern aus verschiedenen Ländern kennenzulernen.



Das Thema des Kongresses war kulturelle Vielfalt in der Palliativpflege. Die Themen und Vorträge waren so vielfältig wie die Teilnehmer und dennoch herrschte ein Gefühl der Einheit, denn wir alle haben das gleiche Ziel: Menschen, ihren Familien und Betreuenden die letzten Tage ihres Lebens zu erleichtern, indem wir ihnen Ratschläge geben, was sie am Ende des Lebens eines ihnen nahestehenden Menschen tun können.

Die auf der Konferenz vorgestellten Themen waren:

- 1) Die mitfühlenden Gemeinschaften und die Vielfalt
- 2) Pflege am Lebensende für die LGBTQ-Bevölkerung
- 3) Palliativmedizin und Letzte Hilfe aus sprachlicher Sicht
- 4) Die Vielfalt der Kursformate der Letzten Hilfe
- 5) Warum Forschung in der Letzten Hilfe ein wichtiges Thema ist.
- 6) Online-Kurse zur Letzten Hilfe
- 7) Letzte-Hilfe-Kurse für Kinder
- 8) Kultursensible Letzte Hilfe
- 9) Letzte Hilfe in Slowenien
- 10) Letzte Hilfe jenseits der Grenze
- 11) Letzte Hilfe und australische Vielfalt
- 12) Letzte-Hilfe-Kurse für die Polizei.

Es war eine grossartige Erfahrung und Motivation für mich, an dem Kongress teilnehmen zu können, und ich kann ihn jedem empfehlen, der sich für Letzte Hilfe interessiert.

Die nächste Konferenz wird 2024 in Schottland stattfinden.

Yvonne Odoni

The image shows the cover of a brochure titled 'Letzte Hilfe Kurse'. The top half features a photograph of hands being held, with a logo in the center that reads 'LETZTE HILFE LIECHTENSTEIN'. The bottom half has a purple-to-orange gradient background with white text. The title 'Letzte Hilfe Kurse' is prominent, followed by the subtitle 'Am Ende wissen, wie es geht.' Below this, it states: 'Wir vermitteln das «kleine 1x1 der Sterbebegleitung»: Das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende.' At the bottom, there are logos for 'LAK Liechtensteinische Alters- und Krankenhilfe' and 'hospizbewegung liechtenstein'. The footer contains the website addresses: 'lak.li | hospizbewegung.li | letztehilfe.li'.

Besuch im Helderberg Hospice in Südafrika

Ein Bericht von Yvonne Odoni



Yvonne Odoni beim Essen ausgeben im Oktober 2022

Ich war zu einem privaten Besuch in Südafrika und nutzte die Gelegenheit, unser Partnerhospiz in Helderberg (Nähe Kapstadt) zu besuchen.

Die HBL hat seit mehr als 15 Jahren eine Partnerschaft mit dem Helderberg Hospice, in der wir das Hospiz regelmäßig finanziell unterstützen

und im Gegenzug Freiwillige aus Liechtenstein die Möglichkeit haben, im Helderberg Hospice praktische Erfahrungen in einem ganz anderen Umfeld zu sammeln.

Die Armut in den Slums rund um das Helderberg Hospice nahm während der Corona-Pandemie zu, was leider auch zu einem Anstieg der Kriminalität führte. Im Hospice gab es immer mehr Einbrüche und Unbefugte, die in die Räumlichkeiten

eindringen. Es wurde klar, dass das Hospice einen sicheren Zaun um Gebäude und Gelände braucht, um Patienten, Mitarbeiter und Eigentum zu schützen.

Die Pandemie zeigte auch, dass mehr medizinische Geräte wie Atemschutzmasken benötigt wurden. Die HBL bewarb sich um die Unterstützung eines LED-"Kleinprojekts", bei dem mindestens ein Drittel der Kosten des konkreten Projekts vom Empfänger getragen werden sollte.

Mit der finanziellen Hilfe des LED, der HBL und dem Eigenbeitrag von Helderberg war die Finanzierung gesichert und die Projekte konnten in kürzester Zeit verwirklicht werden.

Bei meinem Besuch wurde ich von Cheryl und Louise herzlich empfangen und lernte auch Robert, den neuen Geschäftsführer des Helderberg Hospices, kennen, der mir stolz die Neuanschaffungen zeigte.

Ich hatte auch die Gelegenheit die Suppenküche von Tante Joyce zu besuchen, die ebenfalls von der HBL und privaten Spendern aus Liechtenstein unterstützt wird. Es war sehr bewegend den selbstlosen Einsatz der Menschen zu sehen, die jeden Tag Hunderten von Leuten die vielleicht einzige Mahlzeit des Tages zukommen zu lassen.



Obwohl wir wissen, dass unser Beitrag nur ein kleiner Tropfen auf einem sehr heißen Stein ist, konnte ich spüren und sehen, dass er einen Unterschied im Leben vieler Menschen ausmacht.

Ich konnte bei einer Mittagsausgabe dabei sein und sogar mithelfen. Es war ein Erlebnis, lange Schlangen von Menschen zu sehen, die mit ihren Behältern diszipliniert warten bis sie das Essen bekommen. Tante Joyce kennt jeden einzelnen von ihnen und weiss, für wie viele Menschen sie das Essen holen.



Die HBL hat im Jahre 2022 Spenden in der Höhe von insgesamt CHF 27.000.- an Hospice Helderberg überwiesen.



„...aber die Liebe bleibt“



Die Publikation ist zu einem Preis von CHF 40.- erhältlich bei:

- Hospizbewegung Liechtenstein, Haus St. Mamertus, Landstrasse 317, 9495 Triesen
E-Mail info@hospizbewegung.li (Öffnungszeiten: Montagnachmittag und Donnerstagsvormittag)
- Bei jeder Buchhandlung (ISBN 978-3-905833-12-6)

Wir freuen uns, dass wir diese neueste Publikation der Hospizbewegung Liechtenstein (HBL) mit 21 verschiedenen Beiträgen aus der Bevölkerung nun der Leserschaft zur Verfügung stellen können. 21 berührende Beiträge (Texte, Gedichte, Bilder, Liedtexte) lassen uns aufhorchen und mitfühlen. Nach den Publikationen „Leiden verstehen lernen“ von 1994, „Wege aus der Trauer“ von 1999, „Trauern gehört zum Leben“ von 2002 und „Wenn der Atem leiser wird“ von 2007 hat es doch 13 Jahre gedauert, bis das neueste Werk nun vorliegt. Und das zu unserem 20-Jahr-Jubiläum.

Hospizbewegung Liechtenstein

Die Hospiz-Zitig wird Vereinsmitgliedern als vereinsinterne Nachrichten zugestellt. Falls Sie kein Interesse mehr an der Zusendung haben, können Sie sich jederzeit abmelden. Wenden Sie sich dazu bitte an das Sekretariat der Hospizbewegung (siehe unten).

Landstrasse 317, 9495 Triesen (Haus St. Mamertus)

Tel. Sekretariat 00423 / 233 41 38 / Tel. Koordination EA: 00423 / 777 20 01

www.hospizbewegung.li / info@hospizbewegung.li