



KOMMEN UND GEHEN

UND DAZWISCHEN DAS LEBEN

Der Jubiläumsweg des Mobilien Hospiz.

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

OBERÖSTERREICH



Liebe Leserinnen,
liebe Leser!

Das Mobile Hospiz Ried feierte mit dem Jubiläumsweg im Herrengarten des Stiftes Reichersberg im Jahr 2022 sein 27-jähriges Bestehen. An 13 Stationen waren Kunstwerke zusehen, die sich auf unterschiedlichster Weise mit dem Leben auseinandersetzen, zu dem auch das Sterben gehört.

Um die Botschaften der Kunstwerke festzuhalten und auch an jene weiterzugeben, die den Weg selbst nicht gehen konnten, haben wir diese Broschüre erstellt.

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Durchblättern und wünschen Ihnen alles Gute.

Aus Liebe zum Menschen.



Maßband des Lebens - wie viel Zeit bleibt mir noch?

Jeder Zentimeter dieses Maßbandes steht für ein Lebensjahr. Mit dem ersten Schlitten markierst du dein aktuelles Alter und wo du gerade am Maßband des Lebens stehst. Mit dem zweiten Schlitten markierst du den Zeitpunkt, an dem du bereit bist, dein irdisches Leben hinter dir zu lassen. Nun schau genau hin: Wie viele Zentimeter, wie viele Lebensjahre, bleiben dir noch?

Stell dir die Frage: „Was will ich mit den verbleibenden Jahren machen?“

An den ersten Zentimetern kannst du nichts mehr ändern, die hast du hinter dich gebracht. Doch die Jahre, die noch vor dir liegen, sind dazu da, genutzt zu werden. Lebe, liebe, lache. Keiner weiß, wann du aus diesem Leben scheiden wirst, also mach jeden Tag zu etwas Besonderem und schätze die Zeit, die du noch hast.



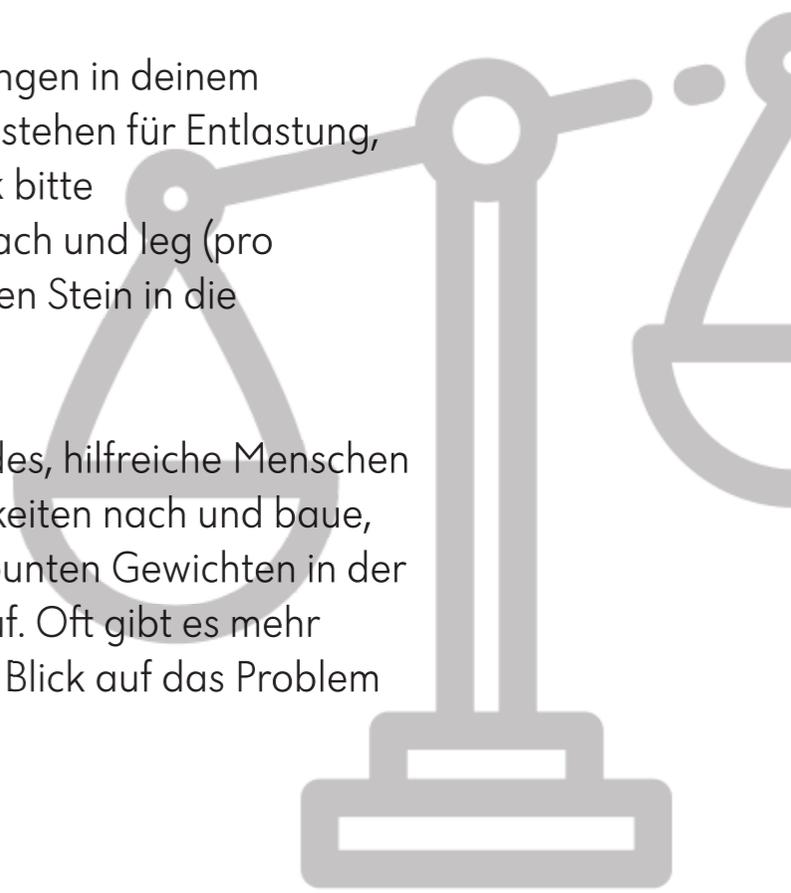
Was belastet dich, was macht dir Kummer, Angst? Was verunsichert und beunruhigt dich?
 Was lähmt dich und hindert dich, deinen Weg so zu gehen, wie du selbst es eigentlich möchtest?
 Wer in deiner Umgebung schwächt dich und kostet dir Kraft?
 Gibt es Dinge, die auf deinem Gewissen lasten und dich niederdrücken?
 Gibt es unerfüllte Sehnsüchte und Wünsche in deinem Leben?
 Trägst du ein Geheimnis mit dir herum das dich schier erdrückt?
 Gibt es Dinge an deinem Lebensstil, die nicht gut für dich, aber so schwer abzustellen sind?

In welchen Situationen fühlst du dich wohl und empfindest sie als befreiend?
 Was stärkt dich und gibt dir Zuversicht?
 Was beflügelt und motiviert dich, Ziele in Angriff zu nehmen und umzusetzen?
 Wen in deiner Nähe empfindest du als Stütze, wessen Nähe gibt dir Kraft?
 Was wäre für dich ein möglicher Weg, Schutt von der Seele loszuwerden?
 Was kannst du selber tun, um der Erfüllung wichtiger Wünsche näherzukommen?
 Wer kann dir helfen?
 Welchen Gewinn brächte dir eine Änderung?
 Wie kannst du dich selbst belohnen wenn dir etwas gelingt?

Die Waage, oder die Frage nach einem ausgeglichenen Leben.

Der Stein (links) symbolisiert Belastungen in deinem Leben. Die bunten Gewichte (rechts) stehen für Entlastung, Hilfe, Unterstützung, Stärkung. Denk bitte über die links angeführten Fragen nach und leg (pro Themenstellung je ein Durchgang) den Stein in die linke Schale.

Denke anschließend über Entlastendes, hilfreiche Menschen und weitere Unterstützungsmöglichkeiten nach und baue, anhand der Fragen rechts, mit den bunten Gewichten in der rechten Schale ein Gegengewicht auf. Oft gibt es mehr Lösungswege als einem beim ersten Blick auf das Problem bewusst ist.





Solange uns die Menschlichkeit miteinander verbindet, ist es völlig egal, was uns trennt.
- Ernst Ferstl

Das Leben spüren

„Mir geht's gut“

Mein Leben läuft in geregelten Bahnen.
Keine Höhen. Keine Tiefen. Bequem und sorglos.

„Ich spüre das Leben!“

Ich erfreue mich an den kleinen und großen Wundern, die das Leben mir schenkt. Ein Hochgefühl der Buntheit!

„Plötzlich beginnt mein Weg steinig zu werden.“

Ich spüre Unebenheiten in meinem Leben. Manchmal werden mir Steine in den Weg gelegt, oftmals lege ich mir diese sogar selbst in den Weg.

„Abgründe und Hürden tun sich auf.“

Ängste, Sorgen und schlimme Ereignisse überschatten mein Leben. Existenzängste, familiäre Ängste, Angst vor Ungewissheit, Krankheit oder Tod. Stelle ich mich meinen Ängsten? Finde ich einen Weg heraus?

„Ich bin gehalten in einem Netz.“

Ich bin gehalten in einem Netz von Beziehungen, Freundschaften, Glaube, Liebe. Jemand ist da für mich, hört mir zu, schenkt mir Trost. Ich muss den Weg nicht alleine weitergehen. Wer gibt mir Halt in meinem Leben?



So bunt wie das Leben

Weil das Sterben zum Leben gehört und nicht zum Tod, befasst sich auch das Jugendrotkreuz Bezirk Ried im Innkreis mit dieser berührenden Lebensphase. Die Menschlichkeit ist Teil einer unserer Grundsätze und spiegelt wider, was das mobile Hospiz leistet: Den Menschen immer und überall als Mitmenschen zu sehen und sein Leiden zu lindern, während die menschliche Würde bewahrt wird.

Auch Kinder und Jugendliche befassen sich individuell mit dem Tod und können nicht davor abgeschirmt werden. Deshalb sollten wir alle Möglichkeiten wahrnehmen, die sich im Alltag bieten, um unseren Kindern die Grundgedanken von Tod und Trauer nahe zu bringen.

Aus Liebe zum Menschen.



Die Abschiede des Lebens

Die Geburt

Hier findet der erste große Abschied statt. Bei der Geburt verlassen wir den schützenden Mutterleib. Der Schnitt durch die Nabelschnur trennt uns von der Mutter und gibt uns gleichzeitig ein eigenständiges Leben. Diesen ersten Abschied haben wir alle schon hinter uns.

Kindergarten | Schule

Wieder heißt es für uns Abschied nehmen: Wir verlassen das schützende Nest, unser Zuhause, und stürzen uns in ein unbekanntes Abenteuer. Wir lösen uns von daheim und der gewohnten Umgebung.

Berufsleben | Ausbildung

Mit dem Einstieg ins Berufsleben, dem Besuch einer weiterführenden Schule oder dem Start einer Lehre verabschieden wir uns von unserer Kindheit. Jetzt findet der Übergang von der Kindheit ins Erwachsen werden statt.



Auszug | Familiengründung

Jetzt heißt es Abschied nehmen von der Herkunftsfamilie. Der Einzug in ein neues Eigenheim und die Gründung einer eigenen Familie stehen nun im Fokus.

Ruhestand

Ein großes Kapitel in unserem Leben ist nun vorbei. Wir verabschieden uns in den Ruhestand, vom „gebraucht werden“ in der Arbeitswelt. Nun haben wir Zeit für neue Dinge, Menschen, die uns guttun, und das Entdecken neuer Freiheiten.

Der Tod

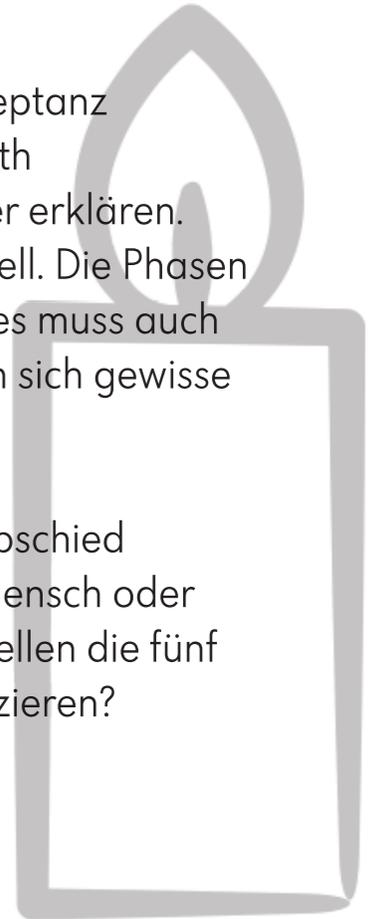
Jetzt steht uns der wohl größte Abschied bevor: Wir lassen unser irdisches Leben hinter uns, lassen los und schließen mit uns selbst Frieden. Ängste und Unsicherheiten machen Vorfreude und Erlösung Platz.

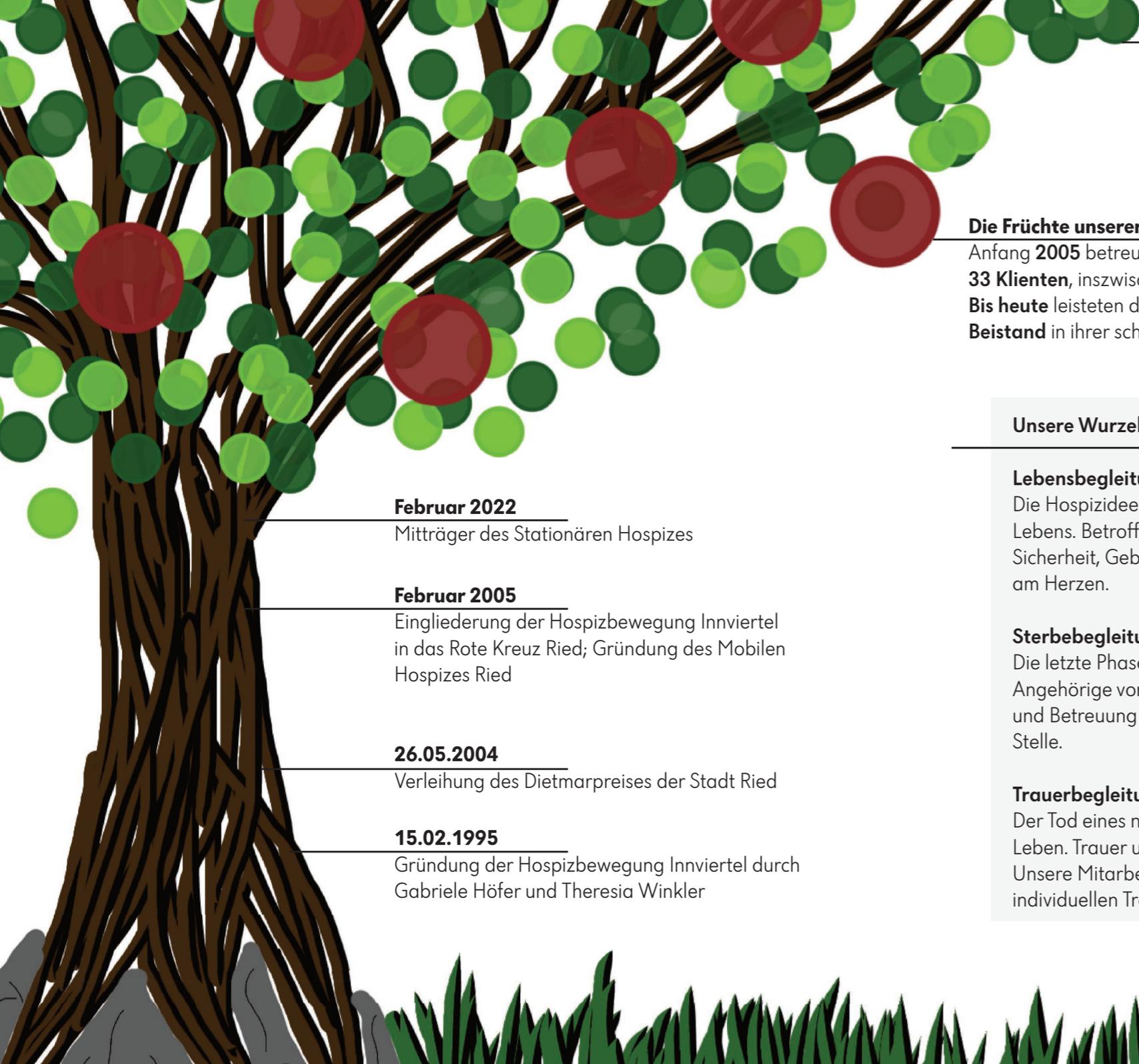


Die fünf Phasen der Trauer

Verleugnung, Verhandlung, Wut, Traurigkeit und Akzeptanz - das sind die fünf Trauerphasen der Pionierin Elisabeth Kübler-Ross. Damit möchte sie die Prozesse der Trauer erklären. Doch diese läuft nicht linear ab, jeder trauert individuell. Die Phasen müssen nicht genau in dieser Reihenfolge aufreten, es muss auch nicht jeder jede Phase durchmachen - dennoch lassen sich gewisse Gleichheiten feststellen.

Fast jeder von uns hat schon einmal von jemandem Abschied genommen. Dabei ist es egal, ob es ein besonderer Mensch oder ein liebgewonnenes Tier war. Diese fünf Skulpturen stellen die fünf Phasen der Trauer dar - kannst Du dich damit identifizieren?





Februar 2022

Mitträger des Stationären Hospizes

Februar 2005

Eingliederung der Hospizbewegung Innviertel in das Rote Kreuz Ried; Gründung des Mobilien Hospizes Ried

26.05.2004

Verleihung des Dietmarpreises der Stadt Ried

15.02.1995

Gründung der Hospizbewegung Innviertel durch Gabriele Höfer und Theresia Winkler

Starker Zusammenhalt

Von **18 Mitarbeitern 2005** sind es heute **mehr als 40**. In den vergangenen 15 Jahren leisteten diese zirka **40.000 freiwillige Stunden**.

Die Früchte unserer Arbeit

Anfang **2005** betreuten die freiwilligen Mitarbeiter **33 Klienten**, inzwischen sind es **jährlich mehr als 150**. Bis heute leisteten die Mitarbeiter **1.106 Menschen Beistand** in ihrer schwersten Lebensphase.

Unsere Wurzeln

Lebensbegleitung

Die Hospizidee betont das Leben. Sterben ist Teil dieses Lebens. Betroffenen Menschen und deren Angehörigen Sicherheit, Geborgenheit und Mut zu vermitteln, liegt uns am Herzen.

Sterbebegleitung

Die letzte Phase einer Erkrankung stellt Betroffene & Angehörige vor eine schwierige Aufgabe. Fürsorge, Beistand und Betreuung im gewohnten Umfeld stehen hier an oberster Stelle.

Trauerbegleitung

Der Tod eines nahestehenden Menschen verändert das Leben. Trauer und Abschied hinterlassen tiefe Spuren. Unsere Mitarbeiter begleiten Menschen auf ihrem individuellen Trauerweg.

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
OBERÖSTERREICH



Fünf Dinge, die Sterbende am meisten bereuen

Diese Tafel befasst sich mit den fünf Dingen, die sterbende Menschen am meisten bereuen - aus dem Buch von Autorin Bronnie Ware. Die Australierin betreute als Pflegerin viele Jahre Menschen auf einer Palliativstation eines Krankenhauses und sammelte ihre Erfahrungen in diesem Werk.

Ich sein

Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mir selbst treu zu bleiben, statt so zu leben, wie andere es von mir erwarteten.

Arbeit

Ich wünschte, ich hätte nicht so viel gearbeitet.

Gefühle

Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, meinen Gefühlen Ausdruck zu verleihen.

Freunde

Ich wünschte, ich hätte den Kontakt zu meinen Freunden gehalten.

Freude

Ich wünschte, ich hätte mir mehr Freude gegönnt.

Aus Liebe zum Menschen.



Mein Blick auf das Leben

Verschiedenste Situationen und Gefühle beeinflussen die Art und Weise wie wir unser Leben sehen. Sind wir glücklich nehmen wir unsere Umgebung klar und hell wahr, sind wir traurig ist alles düster und trüb. Durch die rosarote Brille schauen wir, wenn wir verliebt sind.

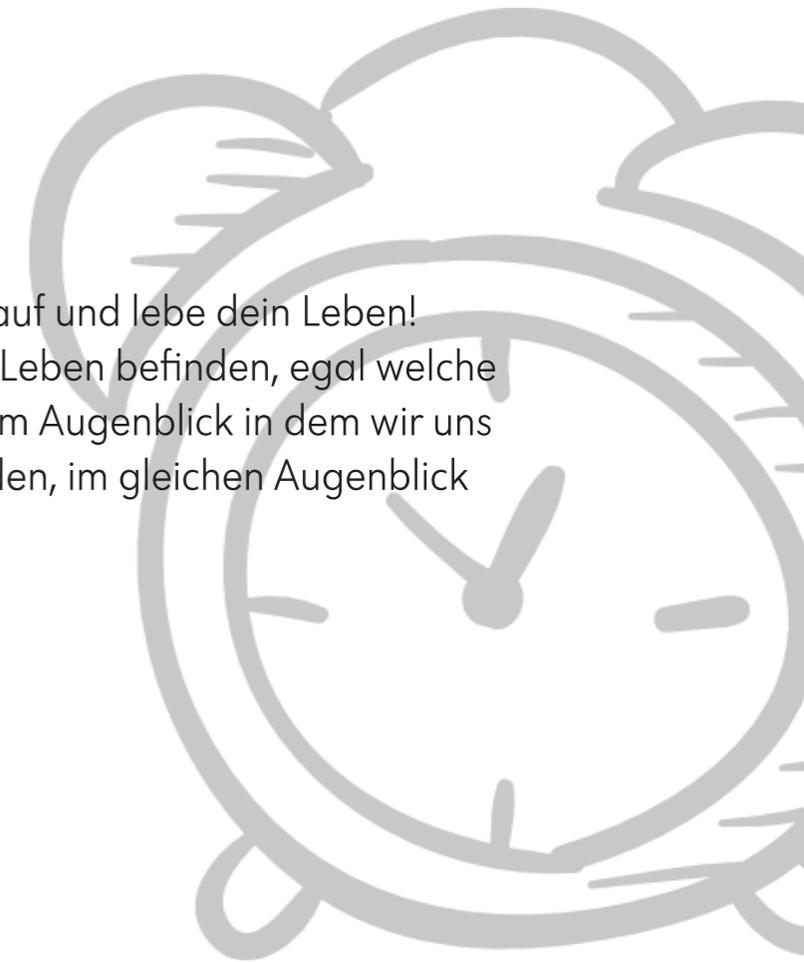
Schau zurück auf dein Leben. Betrachte es durch die verschiedenen Gläser auf der Tafel. Du wirst feststellen: Nicht immer ist alles klar erkennbar. Machen wir nicht auch im realen Leben die Erfahrung, dass ein anderer Blickwinkel neue Perspektiven und Möglichkeiten öffnen kann?

Aus Liebe zum Menschen.



Weckruf an das Leben

Dies ist ein Weckruf an dich: Wach auf und lebe dein Leben!
Egal in welcher Situation wir uns im Leben befinden, egal welche Erfahrungen hinter uns liegen, in dem Augenblick in dem wir uns für unser wirkliches Leben entscheiden, im gleichen Augenblick beginnt der Neuanfang.

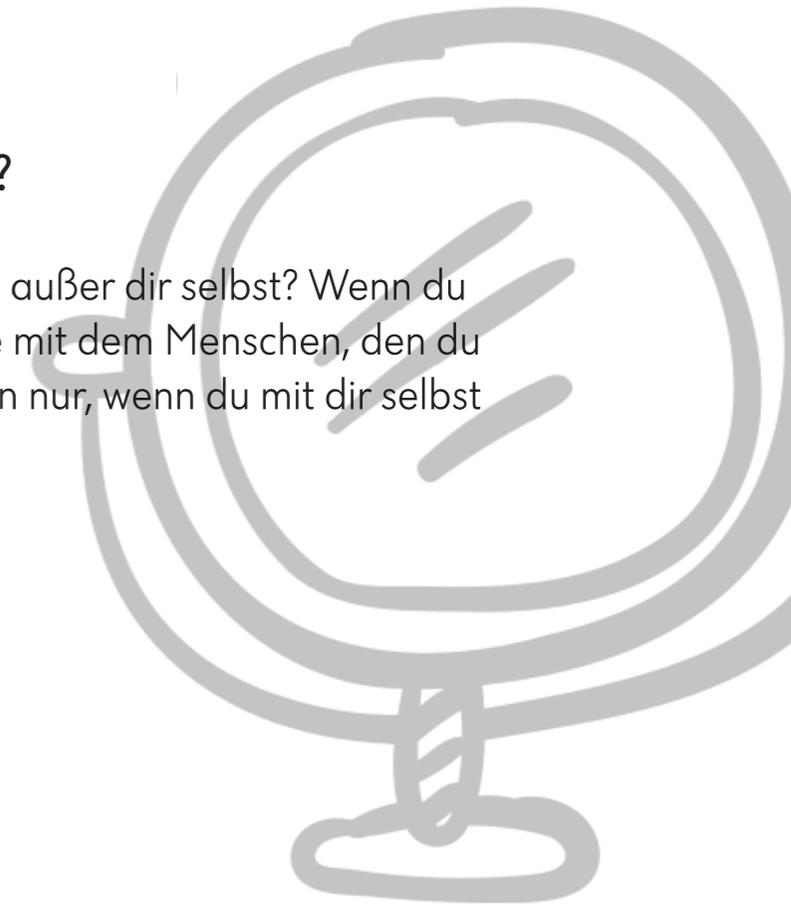


Aus Liebe zum Menschen.



Welcher Mensch willst du sein?

Was siehst du in deinem Spiegelbild, außer dir selbst? Wenn du dein Leben verändern willst, beginne mit dem Menschen, den du jeden Morgen im Spiegel siehst. Denn nur, wenn du mit dir selbst zufrieden bist, ist alles möglich.



Aus Liebe zum Menschen.



THERESIA BANGERL

Ich will Angehörige in dieser schweren Zeit unterstützen und entlasten. Ich erwarte mir Wertschätzung.



ROSWITHA DÜRRER

Ich helfe gerne und denke, dass es sinnvoll ist kranke Menschen und ihre Familie zu unterstützen, soweit es möglich ist.

ANDREA BERGHAMMER

Ich bin im Hospizteam, weil ich die Gemeinschaft sehr genieße, mich die Menschen berühren und ich mich durch meine Aufgabe mit meinem eigenen Leben und Sterben auseinandersetzen muss. Mir ist es eine Ehre, für Menschen da zu sein, die meine Hilfe brauchen.



ROSWITHA BÜRKL

Im Umgang mit Menschen spüre ich wie wertvoll es ist, ein wenig Zeit und Aufmerksamkeit für Andere zu geben. Ich habe das Gefühl, durch meine offene unkomplizierte Art kann ich kranken Menschen ein klein wenig Freude bereiten.





MARIA FORSTENPOINTNER

Ich will Angehörige in dieser schweren Zeit unterstützen und entlasten. Ich erwarte mir Wertschätzung.



FRANZ HELM

Ich habe den unschätzbaren Wert dieser Arbeit in eigener Notsituation erfahren und beschlossen, selbst dafür tätig zu sein.

ELISABETH FRAUSCHER

Menschen kennenlernen, so anzunehmen wie sie sind, sie zu begleiten und ihnen zuzuhören, ist für das eigene Leben sehr bereichernd.



MARIANNE HELM

Jeden Tag, wo ich nichts Nützliches (Gutes) getan habe, ist ein verlorener Tag!





DR. ROBERTA HOCHHOLD

Ich möchte immer wieder kleine Lichtblicke verteilen können und dürfen.



RENATE KARLHUBER

Ich bin dankbar, sterbenden Menschen helfen zu können und dadurch eine tiefe menschliche Nähe und Verbundenheit zu spüren und für mich selbst tieferen Lebenssinn zu erfahren.

PETRA HUMMER

Die Philosophie und Haltung von Cicely Saunders ist für mich eine persönliche Überzeugung. Aus diesem Grund vereine ich meine berufliche Tätigkeit als Palliativschwester mit der ehrenamtlichen Tätigkeit beim Hospizteam.



VERONIKA KIRCHGATTERER

Hospizarbeit ist für mich Lichtarbeit!





ELISABETH KRAML

Eine wichtige Erkenntnis in meiner Hospizarbeit: unser aller Leben findet im HIER und JETZT statt. Ich bin sehr dankbar dafür!



ELFRIEDE LECHLEITNER

Menschen auf ihrem letzten Lebensweg ein Stück weit begleiten zu dürfen und den Angehörigen in dieser herausfordernden Lebensphase unterstützend beizustehen ist mein Herzensanliegen, ein Akt des Mitgefühls und der Verbundenheit.

HANS LANG

Ich weiß was es heißt einen kranken Menschen rund um die Uhr zu betreuen, darum möchte ich die Angehörigen bei ihrer schweren Aufgabe mit meiner Hospizarbeit unterstützen.



MARIA LUGMAYR

Ich engagiere mich freiwillig beim Mobilem Hospiz, weil ich Familien und deren schwerkranken Angehörige in ihrer ausweglosen Situation helfen und Beistand leisten möchte. Außerdem bin ich gerne für trauernde Angehörige da.





CLAUDIA MAIER

Ich habe die ehrenvolle Aufgabe, einer der Begleiter auf dem letzten Weg zu sein; und lerne einzigartige Menschen kennen, die MEIN LEBEN bereichern.



DR. OSWALD PLAIMER

Möge mein Weg auch dein Weg sein, damit dein Glück auch mein Glück wird.

GERLINDE MILLS

Leben und Tod gehören zusammen. Es ist für mich ein Privileg, einen Menschen in seiner letzten Lebensphase zu begleiten. In dieser Phase hat alles Platz: lachen und weinen, reden und zuhören, singen und schweigen, beten und feiern, tanzen und still werden und dafür bin ich dankbar.



GERTRUDE RANFTL

Hospizarbeit bzw. Begleitung ist für mich ein Wechselspiel von Geben und Empfangen. Man verschenkt Empathie und erhält Dankbarkeit, die man nicht in Worten beschreiben kann.





BRIGITTE REICHHARD

Ich bin gerne beim Hospiz, weil ich Menschen in ihrer letzten Lebenszeit mit meinem „Dasein“ in Gesprächen und Gebeten Zeit schenken möchte.



MARIANNE REINTHALER

Krankheit aushalten, Abschied nehmen, den letzten Weg gehen, aus tiefer Trauer wieder ins Leben zurückfinden - dabei begleite ich die Menschen.

MARIETTA REICHHARD

Das Leben ist liebenswert, lebenswert, schützenswert und das immer.



GERTRAUD REITER

Hospizarbeit begleitet Menschen auf dem letzten entscheidenden Stück des Weges. Sie ist vergleichbar mit dem Seil des Bergsteigers beim Gipfelanstieg oder dem Geländer einer Brücke über einem reißenden Fluss. Hospizarbeit ist die stützende Hand, die Körper, Geist und Seele hält.





URSULA SCHABETSBERGER

Ich begleite gerne, weil ich finde, dass jeder Augenblick wertvoll und von unendlichem Wert ist. Erzähle mir von dir, ich freue mich dich kennenzulernen und eine schöne Zeit mit dir zu verbringen.



MARIA SCHÖNLEITNER

Hospizarbeit ist für mich unterstützen, begleiten und da sein auf dem letzten Weg. Für mich ist es sehr bereichernd in diesem Team zu sein.

GERLINDE SCHMID

Ich helfe ehrenamtlich im Hospiz mit, weil ich es gerne mache.



CHRISTINE SICKLINGER

Ich habe beobachtet, dass es sehr wichtig ist, wenn auch wer Außenständiger in die Familien kommt. Außerdem ist es sehr wichtig für die Angehörigen, sich auf jemanden verlassen zu können.





SONJA SIEGESLEITNER

Ich schenke dabei Kostbares, die Zeit. Ich fühle mich gebraucht, kann durch meinen Besuch jemandem eine kleine Freude bereiten.



JOHANN SPINDLER

Hinter der Welt wird ein Baum stehen,
eine Frucht in den Wipfeln, mit einer
Schale aus Gold, lass uns hinüber sehen,
wenn sie im Herbst der Zeit in Gottes
Hände rollt!
(Ingeborg Bachmann)

HILDE SPIESBERGER

Durch meine Begleitung hoffe ich, den
sterbenden Menschen beim Loslassen
helfen zu können.



ISOLDE STELZER

Meine Motivation ist es, Schwerkranke,
Sterbende und Angehörige mit all ihren
Wünschen, Ängsten und Bedürfnissen
individuell wahrzunehmen und zu beglei-
ten. Ich möchte damit ein würdiges Ab-
schied nehmen und Sterben im Kreis der
Familie ermöglichen.





GABRIELE THRAINER

Das Ehrenamt ist eine wichtige und sinnvolle Aufgabe, mit der man Verantwortung in der Gesellschaft übernimmt. Wir dürfen nicht immer wegschauen. HELFEN ist angesagt!



MARGARITA WIESBAUER

Mich reizen Herausforderungen wie der unvoreingenommene Umgang mit Menschen in besonderen Situationen. Daraus ergeben sich immer wieder Begegnungen, die von der gesamten emotionalen Bandbreite geprägt sind. Für diese Erfahrungen bin ich dankbar.

BETTINA TROST

Ich habe mich für die freiwillige Arbeit beim Mobilen Hospiz entschieden, um pflegende Angehörige zu entlasten, den Klienten Zeit zu schenken und für sie da zu sein.



VIKTORIA ZARBL

Menschen so zu lieben wie sie sind. Sie durch Liebe und Verständnis ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten, das ist einfach wunderschön! Ein Lächeln und strahlende Augen, sagen „Danke“ dafür.





CHRISTINE ZWEIMÜLLER

Ich weiß aus eigener Erfahrung, wie wichtig es ist, in schwierigen Zeiten jemanden zum Reden zu haben.

DANKE
an unsere Unterstützer



TEAM 7



ANDREA HARTINGER

Koordinatorin Mobiles Hospiz
in den Bezirken Ried und Schärding

Hohenzeller Straße 3
4910 Ried im Innkreis
Tel: 07752/81844-231
andrea.hartinger@o.roteskreuz.at



KERAMIKATELIER DORIS SCHMÖLZER
WINTERFESTE SKULPTUREN UND OBJEKTE



Sie möchten das Mobile Hospiz unterstützen?

Dann melden Sie sich für eine freiwillige Mitarbeit unter 07752/81844-231.

Natürlich gibt es auch die Möglichkeit der finanziellen Unterstützung:

AT43 2033 3000 0000 2451; Verwendungszweck: Mobiles Hospiz

Impressum und Offenlegung gemäß §25 Mediengesetz:

Herausgeber, Medieninhaber und Verleger: Österreichisches Rotes Kreuz, Landesverband Oberösterreich, Präsident: Dr. Walter Aichinger, 4020 Linz, Körnerstraße 28. Mitglieder der Landesgeschäftsleitung: Mag. Erich Haneschläger, Mag. Thomas Märzinger.

Vereinszweck: humanitäre Aufgaben im Sinne der Vereinsatzung. Die Broschüre informiert über den Jubiläumsweg des Mobilien Hospiz Ried im Innkreis.

Fotos: Josef Gadermaier, RK Ried, Jakob Simharl. 1. Auflage 2022.

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

OBERÖSTERREICH