

# Caritas

## Mobiles Hospiz

Österreichische Post AG P.b.b  
SP 18Z041452 N, Verlagspostamt Amstetten  
Caritas Diözese St. Pölten, Hasnerstr. 4, 3100 St. Pölten



*„Ich wollte am liebsten  
nur in diesem Zimmer  
sein – mit oder ohne  
Gedanken –, einfach da  
sein.“*

**Stefanie Gruber** über  
die Aufbahrung ihres  
verstorbenen Mannes.

# Lebens*Zeit*

Eine Publikation des  
**Caritas Mobilen Hospizdienstes**

Oktober 2019



## *Schwellen Zeit*



**„Die Seele weiß, was sie kann, wenn sie darf.“** Diese Zeile von Dr. Martin Prein habe ich lange nach dem Lesen noch in mir getragen. Sie lässt einen großen Teil des Ziels unserer Arbeit auf- und durchscheinen: das Ermutigen und Ermächtigen zu Entscheidungen, die gerade in der Zeit nach dem Tod eines geliebten Menschen, im Schock und in der Ohnmacht, nicht immer einfach zu treffen sind. Das Überbringen von Todesnachrichten ist ein Thema, das im Interview mit Georg Hauer sensibel aufgegriffen wird. Denn der Moment, in dem man von einem (plötzlichen) Verlust eines Menschen erfährt, ist eine unglaublich fragile Situation: Wie übermittelt man diese „Unfassbarkeit“? Sehr dankbar bin ich Stefanie Gruber, einer Ehrenamtlichen des Mobilen Hospizdienstes, für den Bericht über den Abschied von ihrem geliebten Mann. Mit großer Berührung spürt man neben all dem Schmerz über den Verlust auch die Kraft und das Vertrauen – in sich selbst und in das Leben! Ehrenamtliche aus der Region Amstetten beschreiben den Wandel der Rituale rund ums Sterben im Mostviertel. – Danke! Helga Knotzinger, Leiterin der Hospizstation im Pflege- und Betreuungszentrum St. Pölten, hat in einem Interview die Gesprächsreihe „Persönlichkeiten in der Hospiz- und Palliativbewegung“ fortgesetzt, und ich bin im Namen unseres ganzen Teams sehr stolz, mit „diesen“ Menschen im Hospiz- und Palliativbereich arbeiten und wirken zu dürfen!

Wir möchten in dieser Ausgabe das Thema „Schwellenzeit“ als wichtigen Teil unseres Lebens und Abschiedes würdigen und hoffen, diesen Impuls beim Lesen auch Ihnen weitergeben zu können!

*Edda Kaufmann*

Edda Kaufmann,  
Leitung Mobiler Hospizdienst

# An der Seite der Toten

## Wie wichtig ein leiblicher Abschied von Verstorbenen für Angehörige sein kann.

EIN GASTBEITRAG VON MARTIN PREIN

Ich treffe in meiner Arbeit viel zu viele Menschen, die mir leider immer wieder folgende Geschichte erzählen: Als damals die Schwester – oder der Bruder, der Vater, der Sohn, die Oma usw. – starb, wurde es ihnen nicht ermöglicht oder in manchen Fällen sogar verwehrt, sie oder ihn nochmals zu sehen. Niemand lud sie ein, leiblich Abschied zu nehmen oder auf Wunsch beim Versorgen des Leichnams mitzuhelfen. Ein Umstand, der sie noch Jahre und Jahrzehnte später beschäftigt, manche leiden direkt darunter. Wenn ich in solchen Fällen nachfrage, wie lange das her ist, höre ich oft: 30, 40 Jahre oder mehr.

Wenn einem der leibliche Abschied nicht ermöglicht wird, bleibt in dieser Hinsicht etwas offen – womöglich für den Rest des Lebens, man vergisst das nicht. Es ist nicht so, wie es die Allgemeinheit oft gerne möchte: „Lieber nicht mehr hinschauen, lieber abschließen und lieber loslassen.“ Das funktioniert bei Abschieden nicht. Nehmen wir ein Beispiel aus anderen Lebensbereichen: Die beste Freundin wandert aus oder geht für längere Zeit fort. Was wird unser Bedürfnis sein, als beste Freundin oder bester Freund? Die meisten von uns werden das Bedürfnis haben, die liebe Freundin so unmittelbar wie nur möglich vor der Abreise noch einmal zu sehen. Wir werden sie sehen und in den Arm nehmen wollen. Wir möchten geliebten Menschen, bevor sie gehen, nochmals ganz nahe sein, körperlich, sie sehen, vielleicht umarmen. Genauso ist das beim endgültigen Abschied, wenn ich jemanden nie mehr wieder sehen werde.

Allerdings braucht es für das Angebot des Abschiednehmens äußerste Sensibilität und viel Gespür, um Betroffenen auf der möglichen Gratwanderung der Gefühle Halt zu geben. Wir dürfen nicht vergessen: Wenn ein für uns sehr wichtiger Mensch verstirbt, müssen wir in den ersten Tagen erst langsam realisieren, dass wir diesen geliebten Menschen, diesen Körper, den wir ein Leben lang, echt, berührbar an unserer Seite hatten, nie mehr wieder sehen werden, nie mehr berühren, spüren können. Nie mehr wieder. Und darum braucht es in diesen Tagen sehr viel Einladung an die Hinterbliebenen. Vielleicht sind Sie als Leserin, als Leser unserer Meinung. Sehen es genauso, dass es diese Einladung braucht. Und vielleicht haben Sie selbst die Erfahrung gemacht, wie wichtig es sein kann, einen nahestehenden Menschen nochmals zu sehen, seinen Tod zu begreifen. Oder aber, Sie haben vielleicht die andere Seite erlebt und Sie wurden nicht mehr eingeladen, sich zu verabschieden, konnten den Verstorbenen nicht mehr sehen, ihn nicht mehr berühren. Und vielleicht ist Ihnen das Gefühl wie vorhin beschrieben vertraut, dass dann ein Gefühl hinterbleibt, es ist etwas offen, es hat etwas gefehlt, ein ungestilltes Bedürfnis. Wie gesagt, vielleicht stimmen Sie uns in dem bisher Gesagten weitgehend zu. Aber was ist, wenn der Verstorbene nicht mehr so aussieht? Alle sterben ja nicht unversehrt, wohlbegleitet, am Rücken liegend im Bett. Gerade Einsatzkräfte wissen, dass es auch andere Todesarten gibt. Der Tote schwer verletzt ist. Was dann? Hierzu gibt es Gottseidank viele

Bestatterkollegen, mit denen wir auch sehr übereinstimmen: Es gibt so gut wie immer Möglichkeiten, den Angehörigen einen leiblichen Abschied zu ermöglichen. Natürlich ist klar, dass es Todesarten gibt, wo absolut keine leibliche Verabschiedung mehr möglich ist. Doch erstens sind diese Todesfälle selten, und auch dann kann man gemeinsam mit den Betroffenen einen Weg finden, ein tragfähiges Ritual anstelle des leiblichen Verabschiedens finden.

Aus der Praxis: Es gibt dazu eine Leid-Geschichte und eine Leit-Geschichte, die mich also leitet und – was die Bedeutung des Begreifens des Todes betrifft – antreibt. Einmal kam nach einem Abendvortrag eine Frau zu mir her und weinte so bitterlich, dass wir uns setzen mussten. Sie weinte heftig und bat mich nahezu flehend um Rat, was sie tun soll, sie kommt damit nicht zurecht: Ihr Sohn kam bei einem Verkehrsunfall ums Leben. Er war nicht angeschnallt und fuhr gegen einen Baum. Da er nicht angeschnallt war, schleuderte es ihn durch die Windschutzscheibe mit dem Kopf voraus an den Baum, in welchen er frontal krachte. Die Einsatzkräfte verloren den Kampf um sein Leben und er starb an der Unfallstelle. Die Polizei überbrachte der Mutter die Todesnachricht und der erste Impuls der Mutter war sofort: „Ich will meinen Sohn sehen, ich will zu meinem Sohn!“ Sie wurde nicht auf die Unfallstelle gelassen – das verstehe ich noch, da die Unfallstelle für die Mutter kein „sicherer Boden“ wäre. Denn die an der Unfallstelle befindlichen Einsatzkräfte brauchen jetzt alles, nur nicht die Emotionen von der Mutter.

Aber der Mutter wurde es auch in den nächsten Tagen, wo es überhaupt kein Problem gewesen wäre, verweigert, ihren toten Sohn zu sehen. Die Begründung aller Beteiligten: „Nein, das geht jetzt nicht mehr, den kann man nicht mehr sehen, wegen der schweren Schädelverletzung, das geht nicht!“ Schließlich wurde er

bestattet, vorbei – unwiederbringlich vorbei. Das ist eine Katastrophe. Die Frau hat, als sie mir das erzählte, immer wieder herzerreißend geweint. Wie soll sie bloß damit zurechtkommen?

Dabei wäre ein leiblicher Abschied so einfach gewesen, eine Schädelverletzung ist das aller kleinste Problem. Wenige Wochen bevor mir diese Mutter ihr Leiden erzählte, begleiteten wir eine Familie, deren Sohn sich das Leben genommen hatte. Er steckte einen Gewehrlauf in den Mund und drückte ab. Bei seinem Leichnam war fast kein Kopf mehr da, dennoch konnte sich die Familie – Vater, Mutter, Schwester – am offenen Sarg von ihm verabschieden. Wir verpackten die Reste vom Kopf gut in Plastik, weil alles offen und nass war. Dann zogen wir ihm das Gewand, das sie für ihn ausgesucht hatten, an, betteten ihn in den Sarg und deckten den Kopf mit weißen Tüchern bis zum Hals schön ab.

Die Angehörigen konnten hingehen, ihn bei seinen Händen nehmen. Sie konnten weinen und ihren Emotionen freien Lauf lassen. Und wenn die Mutter oder der Vater das Tuch in die Höhe hebt und sich den Kopf anschaut, dann schauen sie sich den Kopf an, es ist ihr Sohn. Was weiß ich denn da besser? Was bilde ich mir da ein, ihnen in dieser Situation etwas aus der Hand nehmen zu wollen und vorzuschreiben, wie viel sie aushalten dürfen und was gut für sie ist?

### **Die Seele weiß, was sie kann, wenn sie darf**

Die nun gemachte Entdeckung ist wesentlich und wir erkennen die Feinheit, die Wichtigkeit des sensiblen Hinhörens auf die Bedürfnisse der Betroffenen in diesen Tagen. Wie zentral die Einladung, den Tod zu begreifen, sein kann, um realisieren zu können und wie essentiell es ist, dass Betroffene selbst entscheiden können, ob sie sich leiblich verabschieden wollen oder nicht. Denn vielfach ist es nicht ein Wollen oder Nicht-Wollen, als vielmehr ein Können. Uns wurde nun eindrücklich klar, wie

tief dieses Begreifen in die Seele reicht und es kann sein, dass Betroffene in den ersten Tagen der Trauer den Tod eines nahestehenden Angehörigen noch nicht ganz begreifen können. Der Schmerz des vollkommenen Realisierens die Seele überfordern, gar überwältigen würde. „Behalten Sie ihn so in Erinnerung, wie er war!“ Dieser Satz – und dies mag radikal klingen – darf aus unserer Sicht nur vom Hinterbliebenen selbst kommen, nachdem er eingeladen wurde, sich leiblich zu verabschieden. Wenn der Betroffene sich selbst dazu entscheidet und das nicht mehr will, dann ist das völlig in Ordnung. \*



Foto: Hannes Resch

**Dr. Martin Prein** war jahrelang als Sanitäter und im Bestattungswesen tätig. Nach einem Psychologiestudium gründete er das Institut für Thanatologie. Er hält Seminare und Vorträge und begleitet als Notfallpsychologe trauernde Mitmenschen.

[www.martinprein.at](http://www.martinprein.at)



Martin Prein: **Letzte Hilfe Kurs – Weil der Tod ein Thema ist**  
Styria Verlag, 2019

# „Ihre Tochter ist bei einem Unfall gestorben.“

Georg Hauer überbringt als Mitglied des Kriseninterventionsteams anderen Menschen Todesnachrichten.

INTERVIEW VON ANITA THÜR

## *Was ist die Aufgabe von Krisenintervention und wie läuft das im Unglücksfall ab?*

Die Aufgabe ist es, unverletzte und nicht erkrankte Menschen, die durch einen medizinischen Notfall in eine Krise gekommen sind, zu begleiten und so weit psychisch zu stabilisieren, dass sie wieder auf ihre gewohnten Handlungsfähigkeiten zurückgreifen können. Das können beispielsweise Angehörige von Unfallopfern, ErsthelferInnen oder AugenzeugInnen sein. Uns ist es wichtig, die Menschen in ihrem Leid nicht alleine zu lassen. Wir können ihnen das Leid nicht nehmen, aber sie darin begleiten. Bei einem Notfall ist ja ein Rettungsdienst schon vor Ort und ruft uns dazu. Wir kommen hin, stellen uns vor und fragen die Betroffenen: „Was ist passiert?“ Einfach um die Informationen abzustimmen und um den Zustand der Person einzuschätzen. Können sie überhaupt sprechen? Wie können sie sich an das Ereignis erinnern? Es ist etwas passiert, das für die Person existenziell bedrohlich ist. Die traumatische Erschütterung durch das unvorstellbare Ereignis erzeugt ganz viel Angst und Hilflosigkeit. Da ist es wichtig, dass die Betroffenen sich sicher fühlen, keine Angst haben müssen und mit ihren Reaktionen, die zwar normal sind, aber selbst oft ganz furchtbar erlebt werden können, nicht alleine bleiben.

## *Gibt es einen Rat, wie man Betroffenen in so einer Situation begegnen soll, als Ersthelfer o.ä.?*

Wichtig ist, die Leute nicht alleine zu lassen und ihnen das Gefühl zu

vermitteln, dass sie in Sicherheit sind; einfach bei ihnen sein und keinen Druck machen, darüber reden zu müssen.

## *Wie sagen Sie jemandem, dass ein Angehöriger verstorben ist?*

Die erste Traumatisierung ist das Hören der Todesnachricht. Da das Unvorstellbare mitgeteilt wird, muss ich damit rechnen, dass es nicht gleich verstanden werden kann. Daher ist es schon in der Formulierung wichtig, dass man sehr klar und direkt ist. Schon bevor man der Person entgegentritt, zu überlegen, wie man es ihr sagt. Es hilft, die Nachricht für sich zu formulieren, damit es einem verständlich über die Lippen kommt und nicht im Hals stecken bleibt.

## *Gibt es einen Fall, bei dem Ihnen die Nachricht besonders schwer über die Lippen gekommen ist?*

Vor einigen Jahren ist eine 19-Jährige nach einem Verkehrsunfall schwerst verletzt ins Krankenhaus gebracht worden. Wir begleiteten die Polizei, als sie die schlechte Nachricht an die Eltern überbrachte. Sie haben die Tragweite des Unfalls in diesem Moment nicht richtig begriffen und haben gemeint: „Ok gut, dann fahren wir mit ins Krankenhaus.“ Während sie sich umgezogen haben, wurde ich von der Leitstelle informiert, dass die junge Frau verstorben ist. Dann musste ich die Eltern bitten sich hinzusetzen und habe ihnen die Todesnachricht überbracht. Das ist etwas, das ganz schwer über die Lippen kommt. Das Aussprechen fällt einem immer schwer.

Wir sind alle soziale Wesen und wollen anderen Leid ersparen. Da ist es doppelt schwer, das Unfassbare in großer Klarheit auszusprechen.

## *Wie reagieren Menschen, wenn man ihnen eine so schlimme Nachricht überbringt?*

Das Urvertrauen wird bei den Menschen erschüttert. Als Mensch vertraue ich darauf, dass es die Welt gut mit mir meint, dass alles einen Sinn hat und ich alles im Griff habe. Wenn dann so etwas passiert, kann großer Ärger und Zorn entstehen. Weil ein Mensch darin natürlich keinen Sinn sehen kann. Oft treten auch Schuldgefühle auf und der Gedanke, „Ich hätte das verhindern können.“ Selbst wenn der Tod eines Angehörigen durch eine schwere Erkrankung schon absehbar war, kann das Überbringen der Nachricht eine große Erschütterung auslösen. Es gibt aber auch Situationen, da werden die Polizei und das Kriseninterventionsteam weggeschickt, weil die Menschen meinen, das könne nur ein Irrtum sein.

## *Wie ist das bei Kindern? Wie kann man hier am besten die Nachricht übermitteln?*

Wir haben oft den Impuls, Kinder vor allem Schlimmen zu bewahren. Doch es ist wichtig, bei der Wahrheit zu bleiben. Kinder können gut mit der Wahrheit umgehen und selbst regeln, wie viel sie davon wissen wollen. Bei Kindern ist es sehr wichtig, dass die Todesnachricht von einer nahen Bezugsperson überbracht wird. Wir können diese Person gut auf das Gespräch vorbereiten und Schritt für

Schritt dabei begleiten. Man klärt schon vorher, was man dem Kind alles sagen möchte und die Bezugsperson versucht einzuschätzen, wie das Kind reagieren wird bzw. welche Fragen es stellen könnte. Natürlich können die Reaktionen sehr vielfältig sein. Bei jüngeren Kindern kommen im ersten Moment oft gar keine Fragen, weil sie oft noch keine Vorstellung davon haben, was mit dem Tod alles verbunden ist. Sie bemerken erst danach in der Erfahrung, dass die Person nicht mehr kommt. Etwa ab dem Volksschulalter wollen Kinder oft mehr wissen. Es kann auch sein, dass Kinder die gleiche Frage immer wieder stellen. Da ist es wichtig, geduldig zu bleiben und diese auch immer gleich zu beantworten. Ich wurde mal zu einem Fall gerufen, als sich ein Großvater erhängt hat. Seine Frau hatte große Sorge, dass die Todesursache an die Öffentlichkeit kommt. Sie meinte zu uns: „Die Wahrheit, dass sich der Opa erhängt

hat, sagen wir sicher nicht den Enkelkindern, was sollen wir ihnen stattdessen sagen?“ Sie erwartete, dass wir gemeinsam eine Geschichte erfinden. Das konnten wir nicht bieten. Es ist wichtig, dass die Kinder das erfahren, was sie wissen wollen. Wenn sie nach dem WIE fragen, muss man überlegen, wie man das den Kindern wahrheitsgemäß beantworten kann. Wenn die Kinder die Wahrheit erfahren, wie z.B. in der Schule erfahren, kommen sie unter Umständen nicht mehr mit wichtigen Fragen zu ihren Bezugspersonen, weil sie ja schon einmal angelogen wurden.

*Hat die Art, wie ich vom Tod eines Angehörigen erfahre, eine Auswirkung darauf, wie ich damit umgehen kann?*

Grundsätzlich erleben es Personen als sehr kränkend, wenn sie sehr spät davon erfahren. Man sollte z.B. ruhig in der Nacht noch jemanden verständi-

gen und nicht bis zum nächsten Morgen warten, um die Nachricht zu überbringen. Was auch als sehr schlimm empfunden wird, wenn jemand es nicht direkt von Angehörigen erfährt, sondern zufällig von einer anderen Seite oder aus den Medien. \*



Foto: privat

**Georg Hauer** ist Sozialarbeiter, Psychotherapeut und ehemaliger Rettungssanitäter. 2001 hat er das Kriseninterventionsteam vom Roten Kreuz in St. Pölten gegründet.

EIN GUTER BODEN  
**LANGENLOIS**

BESUCHEN SIE LANGENLOIS

Jenen besonderen Ort mit viel Kultur, an dem Wein zum Erlebnis, Garten zum Schauspiel, moderne Architektur zum Genuss und Bürgerservice GROSS geschrieben wird.

STADTGEMEINDE  
**LANGENLOIS**

3550 Langenlois | Rathausstraße 2 | Tel. +43 2734 2101  
stadtgemeinde@langenlois.gv.at | www.langenlois.at

**Ein Freund fürs Lesen**

BUCHHANDLUNG  
**SCHUBERT**

Das Lesen ist schön

Wiener Straße 6, A-3100 St. Pölten, Tel.: 02742/35 31 89, www.buchhandlung-schubert.at

**STERN & STERN**  
Versicherungsmakler KG

*Da bin ich sicher!*

**Begräbniskosten-vorsorge**

Mit dieser Vorsorge nehmen Sie Ihren Angehörigen einen großen Teil an Verantwortung ab.

- Bis € 10.000,00
- Ohne Gesundheitsfragen mit kürzester Wartezeit
- Lebenslanger Versicherungsschutz
- Überführungskosten inkludiert

**Goldegger Straße 35, 3385 Prinzersdorf**

**02749 / 2000**

# Ein würdevoller Abschied in den eigenen vier Wänden

Stefanie Gruber hat sich nach dem Tod ihres Mannes für eine Aufbahrung zu Hause entschieden.

VON STEFANIE GRUBER

**Es begann mit der Diagnosegebung an unserem 33. Hochzeitstag. Ja, an diesem Tag änderte sich das Leben von meinem Mann und natürlich der ganzen Familie.**

Sechs Monate durften wir noch miteinander das Leben im wahrsten Sinn des Wortes „leben“ und es war eine sehr intensive und unvergessliche Zeit, für die ich sehr dankbar bin. Als dann die letzten zwei Tage gekommen waren – er konnte daheim in der Wohnung sein – veränderte sich die Situation. Die Krankensalbung von unserem befreundeten Pfarrer Floh tat ihm sehr gut. Ich informierte alle Familienangehörigen und es war ein Abschiednehmen ähnlich dem letzten Abendmahl. Zumindest hat es mich sehr daran erinnert und sehr berührt. Obwohl er in den letzten Wochen nichts gegessen und kaum getrunken hatte, verabschiedete er sich mit einem Glas Sekt und einem Stück Brot in der Hand von allen einzeln.

Der nächste halbe Tag war damit ausgefüllt, einfach bei ihm zu sein und Menschen zu verständigen, die er um sich haben wollte bei seinem Sterben. In den letzten Stunden konnte er nicht mehr sprechen, seine Blicke waren aber suchend. Ich musste erraten, wen er noch um sich haben wollte. Ich nannte den Namen und er nickte bei den richtig Genannten, die ich dann auch anrief. Ein Geschenk, dass alle auch kommen konnten, die ich noch angerufen habe...

Wie wir dann alle versammelt waren, Familie und Freunde, konnte er seinen letzten Atemzug machen mit

Blick auf uns. Es war so würdevoll! Die Polizeiärztin war gekommen – bei einem Todesfall zu Hause ist das der Weg –, um den Tod festzustellen. Anschließend begannen wir ruhig mit der Waschung und Salbung. Das Salben mit Rosenöl überließ ich seiner Mutter, nachdem sie sich dazu bereit erklärt hatte. Für meine Söhne und mich war es ganz klar, dass wir ihn nicht gleich von der Bestattung abholen ließen, sondern wir wollten ihn ein paar Tage zu Hause lassen. Das aber war für die Bestattung weder einfach noch klar. Mit dem Hintergrundwissen, dass es in NÖ aber gesetzlich möglich ist, wurde es mir schlussendlich nach wirklich sehr mühsamen Diskussionen erlaubt. Wir vereinbarten zweieinhalb Tage. Ich hätte es nicht ausgehalten, wenn er schon nach ein paar Stunden abgeholt worden wäre.

---

*Als ich am nächsten Tag die Wohnung verließ, um zur Bestattung zu fahren, war ich wie vom Blitz getroffen, dass die Welt sich weiterdrehte, dass alles seinen gewohnten Gang ging – für mich blieb die Welt einfach stehen!*

---

Durch die Aufbahrung zu Hause hatten nun sehr viele Menschen die Möglichkeit, sich von ihm zu verabschieden, auch viele Jugendliche. Für die war es nicht ganz einfach in das Aufbahrungszimmer zu gehen und

ich bot ihnen an mitzugehen. Es war dann kein Problem mehr für sie. Nach ein paar Minuten merkte ich, wie ruhig sie wurden und sie blieben dann auch allein im Zimmer. Mit einem: „Danke, dass wir diese Möglichkeit gehabt haben“, verabschiedeten sie sich wieder. Und auch: „Wir haben nun keine Angst mehr vor einem toten Menschen“! Obwohl diese Jugendlichen sehr viele Tote in Filmen usw. sehen, werden sie in der Realität von Sterbenden und Toten oft ferngehalten. Es tat auch mir sehr gut zu spüren, wie sie einen anderen Zugang bekamen.

Eine liebe Freundin sagte mir irgendwann später: „Es tat mir so gut, dass du nicht ganz schwarzgekleidet warst, sondern dieses rote T-Shirt zur schwarzen Hose trugst.“

Diese Energie spüren zu können, gab uns allen sehr viel Kraft. Ich kann es nicht genau beschreiben – diese Energie in diesem Zimmer war etwas Besonderes. Ich wollte am liebsten nur in diesem Zimmer sein – mit oder ohne Gedanken –, einfach da sein! Nachzuspüren, wo ist diese Seele...? Wo ist dieses Leben...?

In diesen zwei Nächten, wo ich meist bei ihm im Zimmer saß, an Schlaf war ja so und so nicht zu denken, gab es natürlich trotzdem viele Gedanken – und Zeit dafür hatte ich ja! In diesen Nächten war immer einer meiner Söhne bei mir.

Walter war ein besonderer Mensch – ich habe nie gehört, dass er über jemanden etwas Böses gesagt hätte. Natürlich gab es Momente, wo es im Leben nicht so ganz einfach war für ihn – er aber hatte



Foto: Privat

**Enge Vertrautheit:** Stefanie Gruber und ihr Mann waren mehr als 33 Jahre verheiratet. Nach seinem Tod wollte sie sich ausreichend Zeit nehmen, um sich von ihm zu verabschieden. Das Bild wurde kurz vor seinem Tod bei einer Wanderung aufgenommen.

immer für jeden eine Entschuldigung parat. Er hat nie be- bzw. verurteilt, nicht Menschen bewertet! Ich wusste, dass diese so guttuende Einstellung von ihm mir unendlich fehlen würde. Dieses „Besonderssein“ war hier noch spürbar!

Eine Situation ist mir noch besonders gut in Erinnerung. Eine Freundin von mir kam, um sich zu verabschieden, und wir plauderten, tranken Tee und irgendwann im Laufe des Gespräches musste ich lachen. Es war schockierend für mich – ich lache in dieser Situation, was mache ich da –, und doch war es befreiend! Ich denke, es darf alles Platz haben! Denn wer kann schon sagen: Was ist richtig, was ist falsch?!

Für diese vielen guten Gespräche, wo ich auch ausdrücken konnte, wie es mir wirklich geht, bin ich sehr dankbar.

Mit der Bestattung hatte ich ausgemacht, dass am Samstagabend der Leichnam abgeholt werden würde. In der Mittagszeit am Samstag spürte ich einfach: Jetzt ist es Zeit, dass ich ihn abholen lasse. Es war ein schwieriger Anruf für mich. Beim

Hinaustragen lief das Lied: „Wie groß bist du!“ Ein Lied, das uns immer wieder, ob bei Festen, Silberhochzeit usw. begleitet hatte. In diesen Tagen bekam ich auch sehr viele gutgemeinte Worte zu hören.

Einmal jedoch, als man mir sagte: „Jetzt musst du stark sein“, konnte ich nicht anders antworten als: „Nein, jetzt darf ich auch einmal schwach sein!“

Meine Kinder und ein Neffe wollten an diesem Samstagabend dann mit mir essen gehen – ich wollte jedoch nicht in ein Restaurant gehen. Nun holten sie eben Essen nach Hause und wir verbrachten dann mit gemeinsamen guten Gesprächen diesen Abend. Das Zimmer jedoch beließ ich so, wie es war. Es war noch so viel zu spüren – was immer es auch war –, es tat gut, um dann aber auch genau zu spüren, wann der Zeitpunkt des „Wegräumens“ gekommen war! Natürlich braucht man viel Kraft, um alles zu organisieren. Ich wollte alle diese Lieder, die uns gemeinsam im Leben viel bedeutet hatten, beim Begräbnis gesungen wissen. Eine liebe Freundin und Sängerin nahm

diesen Auftrag gerne an. Pfarrer Floh gestaltete mit ein paar Priestern die Begräbniszeremonie sehr würdevoll. Der Begräbnistag war dann nochmals ein „Abschiedsfest“, trotz allen Schmerzes, etwas Besonderes. Im Kreise der Familie, vieler Freunde und KollegInnen seinerseits hörten wir in der Zeremonienhalle dann noch das „Benedictus“ aus der Krönungsmesse, gesungen von lieben Freunden. An diesem Tag konnte ich keine Tränen mehr weinen – es gab deren schon zu viele!

Wir gingen früher gerne gemeinsam, ob in fremden oder bekannten Orten, immer wieder einmal durch einen Friedhof. Einmal sagte Walter zu mir: „Diesen Weg zurück vom Grab und nach Hause wirst irgendwann du alleine gehen müssen, denn ich würde es nicht aushalten!“

Und diese erste Nacht daheim wollte ich unbedingt alleine verbringen. Mir war bewusst: Wenn ich das schaffe, dann schaffe ich auch das weitere Leben allein! Es gab da wieder viele Tränen, doch mit jeder Träne kam unendlich viel Kraft und Vertrauen! \*

# Sterben und Tod einst & jetzt

## Brauchtum und Rituale im Mostviertel

VON ANNA SCHWARZ, MARIA ROSENTHALER, ROSEMARIE WAGNER  
Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen des Mobilien Hospizdienstes

**Der Umgang mit Sterben und Tod und die damit verbundenen Abläufe und Rituale haben sich über die Zeit gewandelt.**

### *Damals*

#### **Der Tod**

Früher wurde ein Sterbender schon einige Tage vor seinem Tod mit Gebeten von der Familie und den Nachbarn begleitet. Nach Eintritt des Todes wurde die Uhr angehalten. Die Uhrzeit war früher auch immer auf dem Totenbild abgedruckt. Dann wurde das Fenster geöffnet, damit die Seele entweichen konnte. In Bauernhäusern war dies das Seelenfenster, das Fenster neben dem Herrgottswinkel. Es wurde die Taufkerze des Verstorbenen entzündet. Danach wurden der Pfarrer und der Arzt verständigt. Früher war das oft nur über den Bürgermeister möglich, weil nur er ein Telefon besaß. Bis Priester und der Arzt da waren, konnte es mitunter auch länger dauern. In der Zwischenzeit wurde der Tote von den Nachbarn gewaschen und angezogen. Zur Fixierung wurde das Kinn mit einem Tuch hinaufgebunden und nach dem Einsetzen der Totenstarre auch wieder entfernt. Wenn nötig, wurde zum Verschließen der Augen eine Münze auf das Lid gelegt. Dem Toten wurden die Hände gefaltet und ein Rosenkranz um die Hand gelegt.

#### **Die Aufbahrung**

Aufgebahrt wurden die Verstorbenen meistens im Schlafzimmer oder im Stüberl neben der großen Bauernstube. Der Pfarrer gab die letzte Ölung und der Arzt machte die Totenbeschau. Da früher die Menschen auf Strohsäcken schliefen, wurde der

Strohsack mit Bett- und Leibwäsche am gleichen Abend noch auf dem Feld verbrannt. Danach wurde der Tote auf Laden, die auf sein Bett gelegt wurden, mit Leintüchern, Spitzen und schönen Tüchern aufgebahrt. Dazu wurden Blumen und Kerzen seitlich und vor dem Bett aufgestellt. Die Fenster des Stüberls wurden mit schwarzem Krepppapier verklebt, um die Trauer zu symbolisieren und zum Schutz vor Sonnenlicht. Am nächsten Tag wurden von den Nachbarn und Verwandten Kränze und Blumen in das Stüberl gebracht. Die Totenwache wurde jeden Abend bis zum Begräbnis gehalten. Dazu wurden immer drei Rosenkränze gebetet, dazwischen gab es Tee, Most, Brot und Äpfel. Es wurde mehrere Stunden gebetet und dann hielt man bis zum Morgen Feuerwache an den brennenden Kerzen beim Toten. Die Tage bis zum Begräbnis brannte immer eine Kerze beim Toten und es war sehr still im Haus.

#### **Der Begräbnistag**

Am dritten Tag wurde der Tote in einen vom ortsansässigen Tischler gefertigten Sarg, meist mit Fenster, gelegt. Alle Gäste trafen sich im Haus und gaben dem Toten das Weihwasser, verabschiedeten sich beim offenen Sarg und beteten. Beim Hinaustragen wurde dreimal (unter der Stüberltüre, Stubentüre und Haustüre) der Sarg auf- und abgehoben und der Vorbeter sprach ein Gebet dazu. Danach fuhr man mit dem Leichenwagen zur Kirche. Die Familie, Verwandtschaft und Nachbarn gingen hinten nach (später in der Kutsche gefahren) und beteten. Der Trauergottesdienst wurde dann dem jeweiligen Zeitalter entsprechend gefeiert und danach das Begräbnis durchgeführt.

### *Heute*

#### **Der Tod**

Ist jemand im Krankenhaus verstorben, wird er in einen Aufbahrungsraum gebracht und verbleibt dort für ca. sechs Stunden. Die Familie, Angehörige oder Freunde haben die Möglichkeit, sich dort in einem feierlichen Rahmen zu verabschieden. Oft wird die Farbe Violett in diesem Raum verwendet. Sie gilt als Farbe der Vergebung und der Vorbereitung. Verstirbt ein Mensch zu Hause wird, je nach Zeitpunkt des Todes, der Verstorbene zumindest noch bis zum Morgen zu Hause gelassen, wo sich die Familie verabschieden kann. Danach wird er zur Aufbahrungshalle bzw. ins Bestattungsinstitut gebracht. Nach Wunsch dürfen die Angehörigen Sargbeigaben hineinlegen (Zeichnungen, Andenken oder sonstiges). Das dreimalige Heben und Senken des Sarges beim Hinaustragen aus dem Haus wird in vielen Gegenden von den Bestattern nach wie vor praktiziert.

#### **Die Aufbahrung**

Die Totenwache findet heutzutage meist in der Kirche oder in eigenen Bestattungssälen statt und kann von Verwandten und Freunden sehr persönlich mitgestaltet werden.

#### **Der Begräbnistag**

Neben der traditionellen Erdbestattung ist in den letzten Jahren auch die Feuerbestattung als alternative Bestattungsform üblich. Um ein würdiges Abschiednehmen für alle zu ermöglichen, wird das Requiem mit Beisetzung der Urne am Friedhof durchgeführt. \*

# Ein Platz zum Erinnern

## Der Mobile Hospizdienst startet ein Trauercafé in St. Pölten

VON ANITA THÜR

Nach einem Verlust ist es für Trauernde oft nicht einfach, wieder so etwas wie Alltag zu leben. Viele Betroffene haben das Bedürfnis, über ihre Trauer zu sprechen und merken, dass ihr Umfeld nicht mehr die Kraft und Geduld aufbringt, ihnen zuzuhören. Im Rahmen des Trauercafés besteht die Möglichkeit für trauernde Menschen, sich in zwangloser Atmosphäre zu begegnen, Erfahrungen auszutauschen, sich gemeinsam zu erinnern, zuzuhören und gehört zu werden. Es lädt ein, gemeinsam noch einmal innezuhalten, den erlittenen Verlust zu betrauern, aus der Sprachlosigkeit herauszufinden, Gefühle

anzusprechen sowie Trost und Kraft für den eigenen Weg zu finden. Die BesucherInnen werden von TrauerbegleiterInnen des Mobilien Hospizdienstes der Caritas der Diözese St. Pölten begleitet.

Das Trauercafé wird in Kooperation mit dem Bildungshaus St. Hippolyt durchgeführt. Es ist ein offenes, unverbindliches und kostenloses Angebot für trauernde Menschen, unabhängig davon, wie lange der Verlust zurückliegt und unabhängig von Alter, Konfession oder Nationalität. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Alle Gespräche und Anliegen bleiben vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht. \*

Das Trauercafé findet ab **30. Oktober 2019** von 16:00 bis 18:00 Uhr jeden letzten Mittwoch im Monat statt.

**Ort: Bildungshaus St. Hippolyt**  
Klubraum im Café  
Eybnerstraße 5, 3100 St. Pölten

**Die nächsten Termine:**

30. Oktober 2019  
27. November 2019  
18. Dezember 2019  
29. Jänner 2020  
26. Februar 2020  
25. März 2020



# „Die Bedürfnisse auf dem letzten Weg sind für alle gleich.“

Ein Gespräch mit Helga Knotzinger



Foto: privat

**Helga Knotzinger** ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und leitet die Hospizstation im Pflege- und Betreuungszentrum St. Pölten.

## *Seit wann sind Sie im Kontext der Palliativ- bzw. Hospizarbeit tätig und wie kam es dazu?*

Im Jahr 1987, ich war damals gerade 25 Jahre alt, habe ich 2 Brüder durch Schicksalsschläge innerhalb von 3 Monaten verloren. So wurde ich früh mit dem Tod von Angehörigen konfrontiert, aber auch mit der damit verbundenen Sprach- und Hilflosigkeit. Damals gab es keine Unterstützung in den Kliniken oder Trauerangebote oder Trauerbegleitung.

Ich habe seit meinem 15. Lebensjahr in der Langzeitpflege gearbeitet, wo der Tod auch zur Normalität gehört. Irgendwie habe ich mich zu diesem Bereich immer schon hingezogen gefühlt und mein Interesse war gänzlich geweckt, als mit dem Umzug in das neue Haus an der Traisen im Jahr 2000 eine Hospizstation angedacht wurde (umgesetzt wurde das Vorhaben dann aber erst im Jahr 2009).

Im Jahr 2007 habe ich die Palliativ- ausbildung abgeschlossen und 2009

übernahm ich gerne die Herausforderung, die Hospizstation in unserem Haus gemeinsam mit einem hervorragenden Team aufzubauen.

## *Welche Funktion üben Sie aus und welche Tätigkeiten umfasst diese Funktion?*

Seit 2009 leite ich wie schon erwähnt die Hospizstation im Haus an der Traisen. Am Beginn des Projektes hatten wir 6 Betten zur Verfügung, heute sind es 10 Betten und 2 zusätzliche Betten für Schwerstpflege. Dieser großen Herausforderung habe ich mich gerne gestellt, weil ich einen Beitrag zu einem würdevollen Umgang mit dem Tod leisten möchte.

Mein Bestreben ist und bleibt, dass jeder Hospizgast individuell betreut wird und wir ihn auf dem letzten Abschnitt seines Lebens mit Zuwendung, Respekt und Wertschätzung betreuen und begleiten.

Mein Aufgabengebiet ist sehr vielfältig und beginnt mit der Aufnahme unserer Gäste, Organisation der Station zu deren bestmöglicher Versorgung, Bestellwesen, Mitarbeiterführung, Einschalten von externen Hilfen (Kindertrauerbegleitung, Supervisionen, etc.), Visiten sowie Arzt-, Patienten- und Angehörigengespräche. Oft bin ich das Bindeglied zwischen Angehörigen und Hospizgästen und darf in dieser sensiblen Situation beide Seiten begleiten, beraten oder einfach nur zuhören.

## *Was war Ihre Motivation, dass Sie sich für diese Arbeit entschieden haben?*

Für mich ist der letzte Lebensabschnitt ein Weg, den wir alle gehen müssen und es ist wichtig, dass wir dabei Menschen an unserer Seite haben, die

uns so akzeptieren und annehmen, wie wir sind: mit all unseren Schwächen, Besonderheiten und unseren liebenswürdigen Seiten.

Diesen Weg kann man nur annehmen, denn es ist ähnlich wie bei einer Geburt: Wir wissen nicht, was uns erwartet. Den Ablauf selbst können wir aber sehr wohl gestalten und das ist mein Motor, der mich seit 10 Jahren antreibt: Die individuelle und wertfreie Begleitung jedes Einzelnen, denn ob Bankdirektor oder Obdachloser, egal welcher Konfession oder Herkunft, die Bedürfnisse auf unserem letzten Weg sind die gleichen.

## *Was erfüllt Sie mit Kraft für diese Arbeit? Wie stärken Sie sich?*

Aus meiner kleinen, guten und gesunden Familie sowie meinen langjährigen verlässlichen Freunden schöpfe ich sehr viel Kraft. Dafür bin ich dankbar und möchte etwas zurückgeben an andere, denen es nicht so gut geht. Meinen Ausgleich finde ich beim Wandern und Umherstreifen in der Natur, ob beim Spazieren, Radeln, Laufen oder Skifahren. Und alle paar Jahre begeben sich auf den Jakobsweg in Spanien, um wieder Kraft aufzutanken und mich auf das Wesentliche im Leben zu zentrieren.

## *Was bedeutet die Begleitung schwerstkranker Menschen und ihrer Angehörigen für Ihr Leben? Was lernen Sie dadurch?*

Wenn ich mich dabei ertappe, unzufrieden zu sein, denke ich an die Gäste der Hospizstation und sehe, wie gut es mir geht: Ich kann mein Leben und Handeln selbst bestimmen und ich bin gesund. Dafür empfinde ich eine

tiefe Dankbarkeit. Es bestimmt auch mein Leben, dass ich verzeihen kann, denn es lohnt sich nicht, lange böse zu sein. Ich spreche mit meiner Familie offen über den Tod und wie ich es mir wünsche, von der Versorgung bis zu meinem Begräbnis. All diese Dinge spreche ich an, die sonst ein Tabu für viele sind, obwohl das Sterben zum Leben gehört.

**Was hat Sie in den letzten Wochen besonders berührt?**

Was mich die letzten Tage sehr berührt hat war, als sich vier Kinder von ihrer Mutter verabschiedet hatten und sie gemeinsam die Station verlassen haben. Das war ein tief bewegender Moment der tiefen Trauer und auch das Erkennen der harten Realität, dass die Mutter nicht mehr für sie da sein kann. Es gibt auch Freude und Humor in der Begleitung. Ein Patient mit ALS hat mich auf eine ganz besondere Weise berührt. Er konnte nur mehr eine

Hand bewegen – die Finger musste man auf den Schaltebel legen, um den elektrischen Rollstuhl bedienen zu können. Auf die Frage, wie es ihm gehe, war die Antwort immer: „GUT“, und er stellte immer sofort die Gegenfrage: „Wie geht es IHNEN?“ Man konnte mit ihm so herzlich lachen. Das macht das Arbeiten hier so schön, denn solche Momente wiegen die schweren Stunden auf und bringen Motivation und Kraft.

Mit Freude und Dankbarkeit denke ich an meine KollegInnen auf der Station und ganz besonders an meine ehrenamtlichen KollegInnen, die schon über 10 Jahre ihre Zeit und ihre Hingebung zur Verfügung stellen, ohne ein Honorar zu erhalten. Das erfüllt mich mit Demut und bringt mich immer zurück auf den Boden, denn ich darf mich glücklich schätzen, von Menschen umgeben zu sein, die mehr geben als nehmen in dieser materiell gesteuerten Zeit.

**Was fällt Ihnen besonders schwer in Ihrer Arbeit?**

Beziehungen, die man rasch aufbauen muss, um sie dann aber oftmals genau so rasch beenden zu müssen. Manche Menschen berühren das Emotionale in uns, vor allem Menschen, die uns an jemanden erinnern oder bei denen man viele Gemeinsamkeiten entdeckt.

Bei jugendlichen Erwachsenen fällt es mir auch nicht leicht zu akzeptieren, dass der Weg schon wieder zu Ende geht, bevor er richtig begonnen hat.

Bei unserem jüngsten Hospizgast ist es mir besonders schwer gefallen, obwohl wir diese Hürde auch gemeinsam im Team und mit den Eltern und Freunden gemeistert haben.

Bei der jährlichen Gedenkfeier hat sich die Patchwork-Familie für die gute Betreuung herzlichst bedankt, denn sie haben in dieser Zeit wieder zusammengefunden – auch dazu haben wir einen wichtigen Beitrag geleistet. \*

## Testen Sie uns!

**Gutschein für ein kostenloses\* Raiffeisen Regional-Konto mit folgenden Vorteilen:**

- Kostenlose Kontoführung inklusive Buchungszeilen für 1 Jahr**
- Kostenlose Bankomatkarte**
- Kostenloses „Mein ELBA“ Internetbanking inkl. Raiffeisen ELBA-App**
- Kostenloser Finanzcheck**
- Kostenloses Konto-Umzugs-Service**
- Kostenlose Raiffeisen Online Vorteilswelt mit dem regionalen Plus**

**Übersiedeln Sie gleich kostenlos mit unserem Raiffeisen Konto-Umzugs-Service.**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Raiffeisenbank  
Region St. Pölten**

**05 95005**  
**info@rbstp.at**

\*Rechtlicher Hinweis: Das Girokonto ist ausschließlich für die private Nutzung bestimmt. Bei regelmäßigen Eingängen ist das Konto kostenlos. Gilt nur, sofern noch kein Girokonto bei der Raiffeisenbank Region St. Pölten besteht (kann nicht auf eine bestehende Kontoverbindung angerechnet werden). Es werden keine Kontogebühren im ersten Jahr ab Eröffnungsdatum verrechnet. Das Konto wird nach 12 Monaten automatisch auf ein Raiffeisen Lohn-, Gehalts- oder Pensionskonto mit den laut Schalterausgang gültigen Entgelten umgestellt. Die Eröffnung eines Gratskontos ist nur in Verbindung mit der Abgabe dieses Gutscheines gültig. Die Raiffeisenbank Region St. Pölten behält sich das Recht vor, die Eröffnung eines Gratskontos jederzeit abzulehnen. Stand: April 2019

Impressum: Raiffeisenbank Region St. Pölten eGen Europaplatz 7, 3100 St. Pölten, Telefon: 05 95 005, E-Mail: info@rbstp.at, www.rbstp.at

## Lehrgang Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

### Lehrgang in St. Pölten ab 6.3.2020

Bildungshaus St. Hippolyt  
3100 St. Pölten

#### Informationsabend:

**Mi 20.11.2019 19:00 Uhr**

Bildungshaus St. Hippolyt  
3100 St. Pölten

#### Anmeldung:

0676-83 844 635

## Trauerangebote

### Trauerstationen

An vier mobilen Trauerstationen können Trauernde innehalten und ihrem Schmerz und ihrer Trauer Ausdruck verleihen. Diese Wanderstationen können unter 0676-83 844 635 bzw. [hospiz@caritas-stpoelten.at](mailto:hospiz@caritas-stpoelten.at) angefordert werden.

#### Aktuelle Termine:

**6.11. bis 27.11.2019**

Bildungszentrum St. Benedikt  
3353 Seitenstetten

**2.1. bis 27.3.2020** Bildungshaus St. Hippolyt, Eybnerstr. 5, 3100 St. Pölten

**6.4. bis 25.4.2020**

Pfarrkirche Loiben 3601 Dürnstein

### TrauerCAFÉ

**nächster Termin 30.10.2019**

**Zeit:** jeden letzten Mi im Monat von 16:00 - 18:00 Uhr

**Ort:** Café des Bildungshauses St. Hippolyt, Eybnerstraße 5, 3100 St. Pölten

**Begleitung:** TrauerbegleiterIn des Mobilien Hospizdienstes

### Trauertelefon

Unter 0676-83 844 299 ist Di - Do von 18:00 - 20:00 Uhr eine Trauerbegleiterin für (anonyme) Gespräche erreichbar.

Österreichische Post AG P.b.b  
SP 182041452 N, Verlagspostamt Amstetten  
Caritas Diözese St. Pölten, Hasnerstr. 4, 3100

### Lehrgang in Seitenstetten ab 11.9.2020

Bildungszentrum St. Benedikt  
3353 Seitenstetten

#### Informationsabend:

**Mi 3.6.2020 19:00 Uhr**

Bildungszentrum St. Benedikt  
3353 Seitenstetten

#### Anmeldung:

0676-83 844 635

## Region Amstetten Waidhofen/Ybbs

### Trauerspaziergang in Konradshaus

**Sa 16.5.2020**

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr

Parkplatz Friedhof  
Konradshaus

**Dauer:** ca. 1 Stunde Gehzeit

**Begleitung und Anmeldung:**

Hospizkoordinatorin und  
Trauerbegleiterin  
Andrea Hürner,  
0676-83 844 633

## Region Lilienfeld

### Weiterleben ohne dich“ Geschlossene Gruppe

**Beginn: Di 29.10.2019**

**Wann:** 6 Abende jeweils von  
16:00 - 18:00 Uhr  
einmal im Monat bis  
März 2020

**Wo:** Mobilier Hospizdienst,  
Liese Prokop Straße 14,  
3180 Lilienfeld

**Begleitung und Anmeldung:**

Hospizkoordinatorin und  
Trauerbegleiterin  
Marina Schmidt-Schmidberger,  
0676-83 844 636

## Region Krems

### Trauerspaziergang in der Region Krems

**Fr 24.4.2020**

**Dauer:** ca. 2 Stunden Gehzeit

**Begleitung und Anmeldung:**

Hospizkoordinatorin  
Claudia Psota  
0676-83 844 629

Ingrid Walzer, Bestattung

Krems 02732-801 630

## Region St. Pölten

### Trauergruppe für Eltern, die um ihr Kind trauern

**nächster Termin Mo 4.11.2019**

**Wann:** jeden ersten Montag im  
Monat von 17:30 - 19:30 Uhr

**Wo:** Caritas Beratungszentrum  
Schulgasse 10, St. Pölten

**Anmeldung:**

Hospizkoordinatorin Elisabeth  
Riegler, 0676-83 844 631

**Begleitung:** TrauerbegleiterIn  
des Mobilien Hospizdienstes

### Offene Trauergruppe in Traismauer

**nächster Termin Fr 8.11.2019**

**Wann:** jeden ersten Freitag im  
Monat von 16:00 - 17:30 Uhr

**Wo:** Hauptpl. 11, Traismauer

**Anmeldung:**

Hospizkoordinatorin Elisabeth  
Riegler, 0676-83 844 631

**Begleitung:** TrauerbegleiterIn  
des Mobilien Hospizdienstes

### Trauer-Spaziergang im Stadtgebiet St. Pölten

**Fr 24.4.2020**

**Wann:** 14:00 Uhr

**Treffpunkt:** Bahnhof St. Pölten

**Dauer:** ca. 2 Stunden

**Begleitung und Anmeldung:**

Hospizkoordinatorinnen  
Elisabeth Riegler 0676-83 844  
631 und Barbara Kögl  
0676-83 844 632

Landesverband  
Hospiz NÖ  
[www.hospiz-noe.at](http://www.hospiz-noe.at)

#### • So 8.3.2020

11:00 - 14:00 Uhr  
Benefizmatineeé Baden  
mit Gery Seidl

#### • Mi 22.4.2020

14:00 - 16:00 Uhr  
5. Kinderhospizenquerte  
in Mödling

### Weiterbildungsangebot für ehrenamtliche MitarbeiterInnen

#### • Sa 28.3.2020

**Workshop  
Kindertränen sehen**  
– Wie wir Kinder und  
Jugendliche als Angehörige  
und Trauernde begleiten  
können

### Hospizförderverein Amstetten

[www.hospizfoerderverein.at](http://www.hospizfoerderverein.at)

#### • Mi 13.11. 2019

Film "supa modo" in  
Zusammenarbeit mit  
Perspektive Kino Amstetten

### Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:  
Caritas Diözese St. Pölten,  
3100 St. Pölten, Hasnerstraße 4  
Mobilier Hospizdienst,  
3100 St. Pölten, Schulgasse 10  
Tel.: 02742/841-682  
[www.caritas-stpoelten.at/hospiz](http://www.caritas-stpoelten.at/hospiz)

Redaktion: Anita Thür, Edda  
Kaufmann, Christine Umgeher  
Layout: Sigrid Brandl  
Druck: Gradwohl Melk  
P.b.b. Erscheinungsort:  
Verlagspostamt Amstetten