



Begleitung im Hospiz

Patrick Rigert auf seinem neuen Weg: Für den Abschluss der Sterbebegleiter-Ausbildung hospitierte er im Hospiz Zentralschweiz drei Tage in Folge.

Seite 10

Interview
Herbert Gasser:
Stiftungsrat &
VR-Präsident

Seite 4

Aus dem Hospiz
Jimini & Koko:
Katzengeschichten

Seite 9

Portrait
Angela Villiger:
Die Bestattung
planen, um sich dem
Leben zuzuwenden

Seite 12

Wissen
Das Testament

Seite 16

3	Editorial
4	Interview
	Herbert Gasser
	Stiftungsrat, VR-Präsident
	Aus dem Hospiz
9	Katzengeschichten
10	Patrick Rigert: 3 Tage im
	Hospiz – erleben, erfahren,
	erkennen
12	Portrait
	Angela Villiger: Die Bestat-
	tung planen, um sich dem
	Leben zuzuwenden
16	Wissen
	Das Testament
18	Veranstaltungen
	Diverses und Kurse
20	Spendengeschichten
	Krauer Spenglerei GmbH
21	Buchtipps
	Wie aus Schmerzen
	Perlen werden
22	Spenden
	Schirmbestellung

«Unsere Aufgabe ist es, Gegenwart zu schaffen, so dass Vergangenheit und Zukunft in ihr aufgehen.»

— In Anlehnung an Helmut Ammann
(1907 – 2001; Schweizer Bildhauer, Maler und Grafiker)

Impressum

Ausgabe: Oktober 2020

Herausgeber: Stiftung Hospiz Zentralschweiz, Gasshofstrasse 18, 6014 Luzern

Text, Redaktion: wortsprudel.ch, Luzern

Layout/Grafik: concept media, Luzern | Fotos: Delussu Fotografie, Luzern

Druck: Druckerei Ebikon AG, Ebikon | Auflage: 3'500 Exemplare

Beiträge und Inserate: Bitte per E-Mail an medien@hospiz.ch.

Leserbriefe und Rückmeldungen sind herzlich willkommen.



Dachverband Hospize Schweiz
Association des hospices Suisses
Associazione dei ospizi Svizzeri
Associaziun dals ospizis svizzers



Magazin der Stiftung Hospiz Zentralschweiz

MUT

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

«Ich habe mein Erwachsenenleben lang viel gearbeitet, damit ich es nach der Pensionierung sicher gut habe.»

Diese Worte hören wir häufig, wenn bei Menschen kurz vor oder nach der Pensionierung eine schwere Erkrankung festgestellt wird. Wieviel Bedeutung hat das Geld und materielle Sicherheit im Leben? Ordnen wir dem Materiellen zu vieles unter und verschieben zu vieles auf später?

Menschen brauchen Brot und Rosen, materielle Anerkennung für ihre geleistete Arbeit, Sicherheit und Würde. Die gewachsene wirtschaftliche Unsicherheit durch die coronabedingten Massnahmen haben das einmal mehr gezeigt. Sicherheit ist wichtig und sie zeigt sich auch im Materiellen. Es bleibt für uns alle eine Gratwanderung, für materielle Sicherheit zu sorgen, ohne dass wir davon zu sehr in Beschlag genommen werden. Dabei hilft uns im Hospiz die Frage: Was ist im Hier und Jetzt wertvoll für diesen Menschen, für diese Situation. Jeden Tag begehen wir diesen Grat.

Als gute Leitplanken dafür dienen uns Rückmeldungen, welche wir in den letzten Monaten oft bekamen: z. B. vom hohen Wert der Ruhe und Langsamkeit, die schwer erkrankte Menschen und ihre Angehörigen finden, wenn sie durch die Tür ins Hospiz eintreten. Ein Gefühl, das oft als «Oase» umschrieben wird. Und sich mit keinem materiellen Wert berechnen lässt.

Geradezu tiefenentspannt in dieser Oase begegnet mir in der Mitte des Wohnzimmers oft Jimini, einer unserer beiden Hauskater. Kaum jemand kommt an ihm vorbei, ohne langsamer zu werden. Mit seinem Kollegen Koko hat er Sibylle Jean-Petit-Matile zur Sekretärin ausgewählt, damit Sie von Eindrücken lesen können, die sich sonst nur erahnen lassen, Seite 9. Jimini und Koko erhalten Kost und Logie bei uns. Ansonsten arbeiten sie wie unser Ehrenamtlicher Patrick Rigert: ohne Lohn. Dass ein solches Engagement unbezahlbar ist, lässt sich erahnen, wenn Sie von seinen geschilderten Eindrücken lesen, Seite 10.

Kein Hospiz lebt vom riesigen Engagement der Ehrenamtlichen und zweier Kater allein. Wir waren und sind sehr auf Ihre materielle Grosszügigkeit angewiesen. Die Verantwortung dafür wiegt schwer. Deshalb freut es uns, Ihnen auf den Seiten 4 bis 8 unseren neuen Verwaltungsratspräsidenten Herbert Gasser vorzustellen. Er arbeitet gleichzeitig im Stiftungsrat mit und hat viel Verantwortung übernommen.



Brot und Rosen, Materielles und Würde spielen im Hospiz auf allen Ebenen eine wichtige Rolle, auch nach dem Tod. Auf den Seiten 12 bis 15 stellt Angela Villiger, eine Bestattungsplanerin ihren Umgang damit vor.

Auch beim Erben geht es um Brot und Rosen, um Materielles und um Beziehung. Auf Seite 16 finden Sie Anregungen für die Erstellung eines Testaments.

Wir wünschen Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser genügend Brot und viele Rosen und wir danken für Ihre Unterstützung und Ihr Interesse. Dieses Netzwerk, an dem Sie damit beteiligt sind, ist für uns unermesslich wertvoll!

Mit herzlichem Gruss

Karin Klemm, Hospizseelsorgerin

Herbert Gasser

Im Spannungsfeld von Ethik und Wirtschaftlichkeit

Blau, grün, gelb ... Dieses Trio dominiert den Tag in Lungern. Das Pflege- und Altersheim Eyhuis in Lungern liegt eingerahmt von Bergwiesen auf der einen und mit Blick auf Felsen, die sich in das Türkis des Lungernsees zu stürzen scheinen, auf der anderen Seite. Ein Ort, an dem man gerne verweilt und arbeitet. Ich treffe Herbert Gasser auf der Dachterrasse des Eyhuises zum Gespräch. Er amtiert hier als Geschäftsleiter, sitzt im Stiftungsrat des Hospizes Zentralschweiz und fungiert auch als dessen Verwaltungsratspräsident.

Yvonne Ineichen: Herr Gasser, seit März 2020 engagieren Sie sich im Stiftungsrat des Hospizes Zentralschweiz. Wie kam es zu diesem Engagement?

Herbert Gasser: Das ist eine spannende Geschichte. Eines Tages klingelte das Telefon. Am anderen Ende meldete sich eine Frau mit einem langen, wohlklingenden Namen. Sie schilderte mir in lebhaften Worten die Idee des Hospizes, der Organisation. Am Ende ihres verbalen Ergusses stand die Aussage: «Wir suchen qualifizierte Menschen, die sich im Stiftungsrat engagieren.» Man hat ihr meinen Namen zugespielt und sie meldete sich spontan bei mir. Das Gespräch war sehr sympathisch und in meinem Hinterkopf machte sich das Bild einer Obwaldner Curaviva-Generalversammlung breit. Im Nachhinein fiel mir ein: Sibylle Jean-Petit-Matile begeisterte dort das Publikum anlässlich eines Gastreferates. Sie stellte damals die Idee eines Zentralschweizer Hospizes vor. Nach dem Telefongespräch fixierten wir umgehend einen Termin, trafen uns und Sibylle führte mich durchs Haus. Ich will anfügen, dass ich mit meiner aktuellen Funktion eigentlich mehr als genug zu tun

habe. Doch das Haus, das Engagement von Sibylle, ihre Freude, ihr Enthusiasmus sind ansteckend. Sie lebt für die Institution nicht nur als Ärztin, sondern mit enorm viel Herzblut und Einsatz in der ganzen Breite und in allen Bereichen. Nach einer kurzen Bedenkzeit sagte ich zu. Wenige Tage nach unserem Gespräch fand eine Stiftungsratssitzung statt – am 4. März 2020. Ich stellte mich dem Stiftungsrat vor und wurde einstimmig in das Gremium gewählt.

Sie sind nicht bloss Stiftungsrat, sondern auch Verwaltungsratspräsident. Was ist Ihr Bestreben in diesem Amt?

Die Anfrage lautete dahingehend, dass im Stiftungsrat jemand mit kaufmännischer Erfahrung mitwirkt. Ich arbeitete 30 Jahre in einer ganz anderen, sehr wettbewerbs- und wirtschaftsorientierten, Branche. Im Gesundheitsbereich bin ich erst seit vier Jahren tätig, als Geschäftsführer des Alters- und Pflegeheims Eyhuis in Lungern. Mein Rucksack ist reichlich gefüllt mit kaufmännischem Wissen. Das war eines der Schlüsselkriterien, die mich zum Zusagen bewegten. Die essentielle Aufgabe der

Stiftungsratsmitglieder ist es, ihr Beziehungsnetz zu nutzen und Geldmittel für die Institution zu beschaffen. Die Verantwortung der Stiftung ist entsprechend gross. Davon abhängig sind Arbeitsplätze und eben vor allem das langfristige Fortbestehen des Hospizes. Mein Schwerpunkt liegt darin, den Betrieb mit diesem Ziel zu begleiten. So haben die anderen Stiftungsratsmitglieder den Rücken frei, um sich primär der Geldmittelbeschaffung zu widmen. Ich begleite die Geschäftsleitung des Hospizes in wirtschaftlichen Belangen, aber auch bei personellen und strukturellen Themen. Ich kann unsere Institution mit anderen Betrieben abgleichen, vergleichen. Ich will, dass der Betrieb professionell geführt wird, nach wirtschaftlichen Kriterien.

Und wie schafft man das?

Es geht um die Balance zwischen Ertrag, Kosten, Ethik und Lebensqualität. Das ist ein sehr spannendes Feld und es ist herausfordernd, dies alles in Einklang zu bringen. Das Haus hat zwölf Betten. Diese müssten vollumfänglich belegt sein. Das braucht Zeit. Und wir müssen berücksichtigen, dass die Einrichtung nicht nur Freunde hat. Jedoch ist es wünschenswert, dass alle Institutionen im Gesundheitswesen und alle Zuweiser Hand in Hand mit uns zusammenarbeiten. Das Hospiz nimmt niemandem etwas weg, sondern schliesst eine schmerzliche Versorgungslücke. Es geht darum, allen Menschen in einem ausweglosen Gesundheitszustand die Gelegenheit zu bieten, in Würde und in der bestmöglichen Lebensqualität die letzte Zeit des irdischen Daseins zu verbringen – unabhängig von Konfession und Alter. Wir entlasten Familienkonstrukte im Sinne von: «Die wertvolle verbleibende Zeit gemeinsam leben und

erleben, professionell unterstützt von fachlich kompetenten und engagierten Menschen.»

Sie waren über 25 Jahre in der Geschäftsleitung der ALSO Schweiz, dem führenden Distributor und Logistikdienstleister für IT, Unterhaltungselektronik, Telekommunikation. Heute leiten Sie ein Betagtenzentrum. Wie kam es zu diesem doch eher unkonventionellen Wechsel?

Das ist eine «verrückte» Geschichte. Und ich muss, darf, hier kurz den Bogen spannen. Ich wuchs in Lungern auf, ging hier zur Schule. Danach besuchte ich

«Mein Studium absolvierte ich in Zürich und schloss mit dem Lizentiat in Betriebswirtschaft ab.»

das Gymnasium in Sarnen. Mein Studium absolvierte ich in Zürich und schloss mit dem Lizentiat in Betriebswirtschaft ab. Danach war es mein grösster Wunsch, Englisch zu lernen. Und zwar nicht in der Schulbank, sondern im Leben. Ich machte mich auf Stellensuche im Ausland. Huhn oder Ei ... Sie kennen das Spiel? Wer einen Job vorweisen kann, bekommt ein Visum. Einen Job bekommt nur, wer ein Visum hat. Beharrlichkeit und Ausdauer waren gefragt. Tatsächlich landete ich nach Monaten der Suche

einen Treffer. Ich bekam die Gelegenheit in Colorado ein Auslandjahr als Food & Beverage Manager zu absolvieren. Und zwar in einem grossen Bergrestaurant auf 4'000 m Höhe im riesigen Skigebiet Namens Keystone Breckenridge. Da lernte ich Englisch, ich lernte Arbeiten, ich lernte eine neue Kultur kennen. Das war wie ein Lottosechser. Ich bin quasi auf den Skiern gross geworden und durfte fortan meine Freizeit in den Rocky Mountains verbringen – das nenne ich Glück! Knapp zwei Jahre verbrachte ich da und dann zog es mein Schweizer Herz in Richtung Heimat.

Ich war mit meiner Familie zuhause über den Postweg immer im Austausch. Mein Vater sandte mir einen Zeitungsausschnitt eines Stelleninserates, das ich sehr spannend fand. Wieder daheim bewarb ich mich auf den Job, traf auf meinen damaligen Chef (1986), den Gründer der ALSO, zum Gespräch und wurde eingestellt. Damals arbeiteten wir in einer Vierzimmerwohnung in Hergiswil. Wir waren als IT-Dienstleister im Business to Business Umfeld tätig. Das Unternehmen wuchs und wuchs, von einem Start-up mit ein paar wenigen Mitarbeitenden zur ALSO Schweiz mit 450 Mitarbeitenden. Wir gründeten Filialen in zusätzlichen Ländern. Die ALSO entwickelte sich zu einer europäischen Firmengruppe. Das brachte viele spannende Geschichten mit sich.

...fast eine Silicon-Valley Geschichte? Von der Garage in die Welt hinaus?

Ja, es war eine illustre Zeit. Ein Highlight ergab sich zum Beispiel 1987. Bill Gates meldete sich an und wir verhandelten bei uns im Büro in Hergiswil mit ihm den Vertrag für den Vertrieb von



Microsoftprodukten. Bei all unserem Erfolg blieben wir beständig, bodenständig. Ich hatte 27 Jahre den gleichen Vorgesetzten. In der Geschäftsleitung waren wir sehr konstant – alles langjährige Mitarbeitende, die mit Herz und Kopf arbeiteten. Die Unternehmenskultur war uns sehr wichtig und der Frauenanteil betrug bei uns schon bald um die 30 bis 35 Prozent. Über die ganzen Jahre haben wir uns von einem exzellenten Coach begleiten lassen und steuerten unser Schiff auch durch stürmische Gewässer. Nach dem Konkurs eines unserer grössten Lieferanten schlingerten wir in den Anfängen sogar einen Moment bedenklich. Doch gelang es uns, wieder auf Kurs zu kommen. Das prägt. Dann wurde der Markt in Europa von zwei, drei grossen Anbietern beherrscht. Die ALSO schloss sich schlussendlich mit einem anderen grossen Unternehmen zusammen. Es folgte eine Entwicklung, vor allem kulturell, die für mich nicht mehr stimmig war.

Und dann machten Sie sich auf Jobsuche?

Genau. Meine Partnerin legte mir dann eines Tages das Stelleninserat «Geschäftsführer Betagtenheim Eyhuis» hin. Mein erster Gedanke war: «Aber nicht im Ernst!». Trotzdem liess mich die Idee nicht mehr los. Ich bin in Lungern aufgewachsen. Eltern meiner ehemaligen Schulkolleginnen und -kollegen leben jetzt im Eyhuis. Ich arbeite sehr gerne mit vielen Menschen und im Gesundheitswesen ist der kaufmännische Aspekt je länger je wichtiger. Ich bewarb mich: Seit dem 1. August 2016 bin ich jetzt hier.

Und wie fühlt sich das an?

Da fällt mir spontan wieder der Begriff Lottogewinn ein. Mir scheint das Glück hold zu sein und es fühlt sich total stimmig an. Mein Vorgänger führte das Haus über 33 Jahre mit viel Geschick. Jetzt ist das Haus 35-jährig. Nun stehen

«Wir treffen uns im Rhythmus von zwei bis drei Wochen zu einer Verwaltungsrats-sitzung. Mir ist wichtig, nahe am Geschehen zu sein.»

einige Dinge wie Renovationen und Umbauten an. Bei diesen Projekten kann ich meine Qualitäten wieder voll einbringen. Organisieren, strukturieren, führen. Es ist alles komplett anders und doch gibt es viele Parallelen zu meinem vorherigen Job. Hier geht es vor allem einfach um Menschen – das ist der wesentliche Unterschied. Und ich durfte wahrscheinlich über Fünfzig werden, um diesen Job voll und gut ausfüllen zu können. Reflektierend stelle ich fest: Ich hatte schon in jungen Jahren einen sehr guten Zugang zu älteren Menschen. Die Geschichten, die Schicksale von Menschen, die bereits ein langes Leben hatten, berührten mich immer schon.

Welche Kompetenzen bringen Sie in den Stiftungsrat ein? Und wie tun Sie das?

Der Betrieb hatte sein Go-live am 6. Januar 2020. Ich stiess Mitte März dazu. Zuerst lernte ich den Betrieb, seine Abläufe, seine Partner aus der Vogelperspektive kennen. Jetzt treffen wir uns im Rhythmus von zwei bis drei Wochen zu einer Verwaltungsratssitzung. Mir ist

wichtig, nahe am Geschehen zu sein. Ich will informiert sein über die Belegung, den Stand des Zuweisermanagements, Betriebskosten und die personelle Situation. Dies, damit wir ein gutes Gefühl haben, wissen was Sache ist und vorausschauend handeln können. Immer im Sinne der Institution, um deren Fortbestand langfristig zu sichern. Mit dem Tagesgeschäft komme ich grundsätzlich nicht in Berührung. Da stehe ich zur Verfügung, wenn meine beratende Meinung erwünscht ist.

Wie stehen Sie in Verbindung zum Thema Palliative Care, Hospiz, Sterben?

Das war für mich eine komplett neue Welt, ein unbespieltes Feld vor meinem Eintritt ins Eyhuis im Jahr 2016. Ich war autodidaktisch unterwegs, las mich über Fachliteratur ein und die Inhalte sprachen mir aus der Seele. Wir investieren so viel Energie darauf, Menschen gesund und am Leben zu erhalten. Mehr und mehr hat auch die Idee Platz, dass wir gut und gelassen sterben dürfen. Das unterstreiche ich. Es nimmt den Druck, um jeden Preis leben zu müssen. Man darf loslassen und in Frieden das Lebensende begrüssen. Für so viele Menschen ist das Loslassen unheimlich schwierig. Auch die Angst davor, einem toten Menschen zu begegnen, sich zu verabschieden, ist manchmal übermächtig. Dabei wäre es so wertvoll, bereits in jungen Jahren mit dem Sterben vertraut zu sein, und so einen anderen Blickwinkel auf das Leben selbst zu bekommen. Das Kommen feiert man. Das Gehen soll und darf auch mit der gleichen Wichtigkeit behandelt werden. Wenn wir sterbenden Menschen die Angst und die Schmerzen nehmen können, haben wir schon unendlich viel erreicht.

Und wie sieht ihre ganz persönliche Verbindung zu diesem Thema aus?

Meine Verbindung kommt aus einer familiären Geschichte. Ich hatte eine Schwester, die mit einem Herzfehler zur Welt kam. Sie wurde operiert und führte ein aktives Leben bis sie zirka Zwanzig war. Ab da wurden ihre gesundheitlichen Beschwerden immer einschneidender. Jahr für Jahr, bis sie schliesslich mit Fünfundvierzig starb. Sie lebte selbständig in ihrer Wohnung. Wir als Angehörige waren natürlich für sie da.

Mit ihr erlebte ich einige Momente, in denen sie, jetzt rückblickend, in einem Hospiz wunderbar aufgehoben gewesen wäre. Da sehe ich das grosse Potential unseres Hospizes. So junge Menschen gehören weder in ein Alters- noch in ein Pflegeheim. Sie finden im Hospiz einen Ort, fast wie zu Hause. Trotzdem steht da diese grosse Hemmschwelle, nämlich der bewusste Entscheid: «Ich gehe dahin, um zu sterben.»

Solche Engagements, wie für das Hospiz Zentralschweiz sind intensiv. Wie, wo tanken Sie auf?

Bei meiner Familie tanke ich auf. Zu meinen drei erwachsenen Kindern habe ich eine wunderbare Beziehung. Es macht mir Spass zu sehen, wie gut verankert sie im Leben stehen. Und dann hatte ich das grosse Glück – wieder ein Lottogewinn – auf meine jetzige Lebenspartnerin, Monika, zu treffen. Sie ist, nach vielen Jahren als Lehrerin, nun seit 8 Jahren Schulleiterin. Ihren Alltag bestimmen die Jugendlichen – ich kümmere mich um die Betagten. Das gibt einen spannenden Austausch. Wir ergänzen uns fantastisch. Vor ein paar Jahren besuchte ich einen Ornithologen-Grundkurs und tauche regelmässig in

«Ich will wissen und spüren, wie das Leben um mich herum funktioniert. Bergtouren und Skifahren geben mir Kraft.»

die Natur ein. Ich ziehe mich jedes Jahr für eine Woche auf eine Alp auf 1600 Metern über Meer (oberhalb von Lungern) zurück. Diese Zeit mit mir selbst ist unbezahlbar. Ich will wissen und spüren, wie das Leben um mich herum funktioniert. Bergtouren, Skifahren ... Das gibt Kraft. Genauso wie der spannende Austausch mit Freunden.

Gibt es Fragen, auf die Sie gerne eine Antwort hätten?

In meiner Arbeit kommt man den Menschen sehr nahe. Ich sehe sie über zwei, drei Jahre täglich. Der eine oder andere Schalk würzt die Tage. Dann stirbt einer dieser Menschen und ist auf einmal nicht mehr da. Da frage ich mich schon hin und wieder: «Wo ist diese Person bloss hin? Was kommt danach?» Ich bin überzeugt, dass das Leben nach dem «Austritt aus dem Körper» weitergeht. Nur wie, in welcher Form, das kann ich nicht beantworten. Ganz nach dem Titel von Polo Hofers sinnigem Lied: «niemer weiss». Ein anderes Thema? Ich beschäftige mich gerne mit Geschichte. Man meint zwar zu wissen, wie die Pyramiden von Gizeh gebaut wurden.

Trotzdem wäre ich in der Schlussphase dieses gigantischen Projektes und der anschliessenden feierlichen Eröffnung sehr gerne dabei gewesen!

Was wünschen Sie sich für die nächsten Monate – in Bezug auf das Hospiz?

Ich wünsche mir, dass die Betten im Hospiz möglichst bald alle belegt sind. Wenn ich das so ausspreche, wünsche ich mir das für die Hospizidee. Nicht für die Menschen, die sterben müssen. Doch weiss ich, dass tagtäglich viele Menschen in genau der Situation sind, dass unser Haus ein unglaublich schöner Ort für sie wäre. Mir ist es ein grosses Anliegen, dass diese Idee, diese Vision wirklich Zukunft hat und das Hospiz Zentralschweiz ein fixer Bestandteil in der gesundheitlichen Versorgung wird. Da sind wir auf Zuweiser und das Miteinander mit anderen Institutionen angewiesen. Das Hospiz ist zentral gelegen, für alle Menschen im Versorgungsgebiet gut erreichbar. Und das Haus strahlt so viel Frieden und Ruhe aus.

Und Ihre persönliche Botschaft an unsere Leserinnen und Leser?

Ich freue mich, wenn unsere Leserinnen und Leser unsere Botschaft in die Welt tragen. Wer überzeugt ist, dass wir hier etwas Wertvolles geschaffen haben, soll dies weitererzählen. Im Sinne von: Gutes tun und darüber sprechen. Alle können uns helfen, bekannter zu werden und auch finanzielle Unterstützungen zu erhalten. Denn das Hospiz Zentralschweiz ist für das langfristige Überleben auf viele Spenden angewiesen.

In Jimini's Schnauze gelegt

Katzengeschichten

Miau



Ungefragt mussten mein Kollege Koko und ich (Jimini) im März das Revier wechseln! Immerhin konnten wir gemeinsam ins neue Heim einziehen. Mein liebes Schnauzhaar: Was für ein Haus! All die verschiedenen Gerüche, Räume und Menschen! Zu Beginn war ich (was ich in meinem Katzenstolz ungern zugebe) sehr scheu. Ich habe mich einfach in dem Raum versteckt, den das Hospizteam für Koko und mich vorbereitet hatte. Koko war mutiger. Er sah sich die Menschen, welche immer wieder nach uns schauten, aus der Nähe an.

Nach ein paar Tagen der Zimmerquarantäne durften wir die neuen Räume erkunden. Bei so vielen Zimmern dauerte das seine Zeit und wir mussten uns immer wieder zur Erholung in unser «Ankunftszimmer» zurückziehen. Komischerweise hat uns niemand die Tür nach draussen geöffnet. Es herrschte Hausarrest... Dabei war das noch vor Corona. Den Menschen war unsere Reinlichkeit wichtig. Sie haben unser Katzenklo mit der Zeit ins Untergeschoss an einen sehr diskreten Ort verlegt; ist zwar eine ziemliche Strecke dahin, aber immer der Nase nach ist es gut zu finden. Prima Sandplatz, stets sauber.

Eine wichtige Aufgabe in einem neuen Heim ist das Markieren: Ich kratze dann mal hier und mal da und zeige da-

mit, dass ich zuhause bin. Den Menschen scheint das nicht zu gefallen und sie stellten Kratzkartons auf. Pahl! Die kennen den Genuss nicht, wenn die Krallen sich in den weichen Stoff der Sofas versenken. Aber die Idee war gut gemeint. Endlich durften wir auch raus. Ich musste kurz mal an den vorherigen Wohnort laufen (war ja nicht weit) und den Kollegen vor Ort sagen, dass Koko und ich im sogenannten Hospiz bleiben werden. Wir haben dort gutes Personal gefunden, die Schlafplätze werden regelmässig gereinigt und das Futter ist einwandfrei. Inzwischen merken auch die Menschen, wann wir gerne die Türe geöffnet hätten. Irgendwie scheinen sie im Hospiz sehr empfänglich zu sein für die Bedürfnisse anderer (auch für die von Katzen).

Es geschehen besondere Dinge im Haus: Gewisse Menschen kommen und liegen dann in Betten oder auf Liegestühlen und sind sehr froh, wenn mein Kollege und ich kurz vorbeischauen. Ich merke ja schnell, wer es mit Katzen kann. Da lege ich mich schon mal aufs Bett und lasse mich verwöhnen. Und wenn ein Zimmer leer ist, nutze ich das freie Bett als Schlafplatz. Noch lieber jedoch liege ich in der Stube auf dem Sofa oder einem der schönen Sessel.

Koko geht immer in den Raum, wo alle Menschen zusammenkommen und reden, jeden Morgen um 9 Uhr. Wie der das nur aushält... Dabei kann er sich so entspannen, dass er dreimal so lang wird! Sieht cool aus.

Nachts leisten wir den Frauen im Stationsbüro Gesellschaft. Die sind sonst so allein. Sie freuen sich, wenn wir kommen und wir lassen uns verwöhnen. Manchmal geschehen besondere Dinge im Haus. Dann spüre ich, wie eine andere Welt sich auftut und einen Menschen zu sich nimmt. Das bewegt mich sehr. Ich gehe dann gerne nachschauen, ob alles seine Richtigkeit hat. Es ist eigenartig mitanzusehen. Wenn die Menschen in die andere Welt gegangen sind, wird das, was sie zurücklassen, in einer grossen Holzschachtel aus dem Haus gefahren. Das verstehe ich nicht so ganz. Aber mein Kollege und ich stehen dann auch im Spalier, das die Menschen vom Hospiz bilden und sagen «Adieu, man sieht sich wieder.»

Zur Person

Patrick Rigert arbeitet im Trainingsmanagement innerhalb eines grossen Unternehmens im Healthcare-Bereich. Er ist für den Trainingsprozess und die Schulungs-Software zuständig und berät Mitarbeitende und Vorgesetzte in diesen Belangen. Zudem coacht er als Arbeitnehmervertreter Mitarbeitende in schwierigen Arbeitsplatzsituationen und bei persönlichen Herausforderungen. Ein starker innerer Impuls brachte ihn auf den Weg des Begleiters, den er nun noch stärker verfolgen will.

Patrick Rigert

Drei Tage im Hospiz – erleben, erfahren, erkennen

Patrick Rigert ist auf einem «neuen Weg», wie er es nennt. Bisher war sein beruflicher Alltag geprägt von Technik, Wissenschaft und Prozessen. Das soll sich ändern. Er will mehr mit Menschen in Kontakt stehen, mehr Leben um sich haben und weniger mit Abstraktem konfrontiert sein. Mit dem Grundkurs «Begleitung in der letzten Lebensphase» bei der Caritas Luzern legte er den Grundstein für seine neue Ausrichtung. Bereits seit der Eröffnung arbeitet Patrick ehrenamtlich als Begleiter. Für den Abschluss der Sterbebegleiter-Ausbildung hospitierte er im Hospiz Zentralschweiz dann drei Tage in Folge. Wie er die Praktikumstage erlebte, was ihn bewegt und berührt, fasst er wie folgt zusammen:

«Wenn ich durch die Haustüre an der Gasshofstrasse 18 in das Hospiz trete, habe ich jeweils das Gefühl, mich in eine andere Welt zu begeben. Ruhig und entschleunigt, die Zeit als untergeordneten Faktor, der Raum steht über allem. So nehme ich das wahr. In der Nacht vor meinem ersten Arbeitstag starb ein sehr junger Patient. Er wird zwei Tage im Hospiz aufgebahrt. Wir rechnen mit zahlreichen Abschiedsbesuchen. Obwohl wir uns in der Corona-Zeit befinden, sind Besuche im Hospiz trotzdem möglich. Meine Aufgabe ist es, Besucher zu begrüssen und sie über unsere entsprechenden Vorsichtsmassnahmen aufzuklären. Es ist speziell, Gäste, die trauern, auf diese Situation hinzuweisen.

Im Essraum treffe ich auf Herrn X. Er scheint total abwesend und aus seinem Mund hängt ein kleines Stück Brot. Auf einmal hebt er den Kopf, richtet seinen Blick auf mich, ohne mich wirklich wahrzunehmen. Er ist hier, anwesend. Und zeigt seine Präsenz anders, als ich es gewohnt bin. Es ist spannend, wie es mir gelingt, diese Situation einfach anzunehmen, ohne zu werten. Das ist etwas, was mir im Hospiz immer wieder bewusst wird. Diese liebevolle Akzeptanz.

Liebevoll geht es auch in der Küche zu und her. Ich unterstütze die Köchin beim Tischdecken, beim Servieren von Essen und Getränken und beim Abwasch. Heute ist ein herrlicher Tag und einige unserer Patientinnen und Patienten essen im Garten. Ich bin in meiner Begleiterrolle so etwas wie ihr Gastgeber und Sorge mich um ihr Wohlergehen in den allgemeinen Räumen – also im Wohn- und Essbereich, in der Bibliothek, im Garten. Damit unterstützen wir unsere Patienten und verhelfen ihnen zu mehr Lebensqualität in der letzten Lebensphase. Was mir besonders gefällt, sind die Gespräche mit unseren Patienten und Besuchern. Die Themen drehen dabei wenig um Sterben und Tod. Auch hier wenden wir uns dem Leben zu. Und die Wertschätzung in diesem Austausch ist unbezahlbar. Auch die Zeit, in der ich Frau Y. in ihrem Rollstuhl durch das Dorf Littau begleite, ist wertvoll. Auf diesem Spaziergang taucht sie für einen kurzen Moment in ihr Leben vor der Krankheit ein, erfreut sich an den ganz alltäglichen, kleinen Dingen. Wie der mit frischem Brunnenwasser gefüllten Wasserflasche oder einem Besuch in einem Geschäft. Für einen Augenblick sind alle Schmerzen, Sorgen, Ängste wie weggeblasen. Das zu beobachten macht auch mich glücklich und zufrieden.

Ein Ort voller Leben

Das Hospiz ist ein Ort, wo Begegnungen stattfinden. Das wird mir an meinem zweiten Tag bewusst, treffe ich doch einen ehemaligen Schulkollegen aus der Primarschulzeit wieder. Wir haben uns 30 Jahre nicht mehr gesehen. Seine Mutter liegt im Hospiz im Sterben, darum führte ihn sein Weg zu uns. Ein Hospiz ist nicht nur Sterben und Tod, sondern auch ein Ort des Erlebens. Das gilt für Patienten und Begleiter. Natürlich erlebe ich auch nachdenkliche Momente. So zum Beispiel, als ich wahrnehme, wie ein Herr mit seiner Ehefrau regelrecht gehässig umgeht und sie anschnauzt. Es stimmt mich traurig, wenn man die verbleibende gemeinsame Zeit nicht in Liebe miteinander teilen kann. Doch wer weiss, vielleicht spielen hier auch Anteile von Wut, Verzweiflung und Schmerz mit. Und auf der Gegenseite finden Patienten und Patientinnen im Hospiz immer auch wieder die Kraft und den Willen, sich dem Schönen zuzuwenden. So bittet mich Frau Y. an einem Abend, ihr Bildbände aus der Bibliothek zu holen, weil sie sich so gerne Landschaften anschauen. Diesen Wunsch habe ich ihr von Herzen gerne erfüllt.

Wenn ich die drei Tage Revue passieren lasse wird mir bewusst, wie kraftvoll diese Tage für mich waren. Voller Erlebnisse, mit zahlreichen schönen Begegnungen, interessanten Gesprächen und berührenden Momenten. Was ich bereits spürte, hat sich nach diesen drei Tagen bestätigt. Mich erfüllt die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen ausserordentlich. Und ich will diesen Weg unbedingt weitergehen.»

Den ausführlichen Bericht lesen Sie auf unserer Website unter hospiz-zentralschweiz.ch/de/news

Der eigene Tod ist das einzige im Leben, was sich nicht vermeiden lässt. Trotzdem – oder vielleicht gerade deswegen – beschäftigen wir uns nicht gerne damit. Das sollten wir aber. Denn, wer die eigene Bestattung zu Lebzeiten regelt, nimmt den Angehörigen heikle Entscheidungen ab. Angela Villiger unterstützt Menschen darin, ihre eigene Bestattung zu planen.

Angela Villiger

Die Bestattung planen, um sich dem Leben zuzuwenden

Eine kleine Gruppe trauernder Menschen versammelt sich am Ufer eines Sees. Würdige Worte, persönlich und gespickt mit wertvollen Erinnerungen an die verstorbene Person. Gitarrenklänge und Gesang untermauern die Zeremonie. Eine Wasserurne aus Lehm, mit einer Entenfeder verschlossen, wird dem Wasser übergeben. Sie sinkt langsam auf den Grund, das Gefäss zersetzt sich. Nach einer halben Stunde steigen Rosenblätter an die Wasseroberfläche, die Asche verteilt sich auf dem Seegrund. Während am Horizont die Sonne dem Abendhimmel Platz macht...

Was sagst du über mich, wenn ich sterbe?

So könnte eine Zeremonie aussehen, welche die Bestattungsplanerin Angela Villiger organisiert hat. Ausgeführt nach den Wünschen der verstorbenen Person, Hand in Hand mit den Angehörigen. «Es gibt heute so viele schöne Möglichkeiten, seine letzte Ruhe zu finden. In Zug stellt ein Landwirt sein Land für wunderbare Zeremonien zur Verfügung. Da dürfen wir auch Bäume pflanzen. Waldbestattungen, Bachbestattungen ... Natürlich klären wir immer die rechtliche Seite mit den Gemeinden und informieren im Vorfeld, falls nötig, auch die Polizei.» Ihre bergseeblauen Augen funkeln, während Angela Villiger von all den Möglichkeiten für eine würdevolle und persönliche Be-

stattung erzählt. Man spürt: Sie ist mit Herz und Verstand bei der Sache; seit Dezember 2015. Damals gründete sie das Unternehmen. Wie es dazu kam? Sie reiste mit ihrer liebsten Grosstante zu deren 85igsten Geburtstag nach New

«Es gibt heute so viele schöne Möglichkeiten, seine letzte Ruhe zu finden.»

York. Im Raum stand die Frage, ob Angela Villiger für sie den Lebenslauf schreiben würde. «Was sagst du über mich, wenn ich sterbe?» Diese Frage brachte Angela Villiger zum Nachdenken. Die Reise war gespickt von Anekdoten aus der Lebenszeit dieser Grosstante, vieles erwachte nochmals zum Leben. «Das war eine wertvolle Erfahrung. Auch die Tatsache, dass sie mir daheim zeigte, wo sie all ihre wichtigen Dokumente aufbewahrte.» Die junge Frau begann zu recherchieren und stellte fest: Es gibt kein Angebot, dass alles abdeckt, was geklärt sein und werden muss, wenn man stirbt. Die Geschäftsidee war geboren.

Das Vorgehen unterscheidet sich von Mensch zu Mensch

Menschen leben ihr Leben und tragen viele Geschichten in sich. Kleine und grosse Erinnerungen, manchmal auch in haptischer Form. Wie schön, wenn diese Geschichten an die Hinterbliebenen weitergehen und Trost spenden! All das kann man regeln und organisieren, mit einer Bestattungsplanung. Wie geht man die an? «Das variiert ... Jeder Mensch ist anders. Jeder Mensch hat andere Bedürfnisse. Und es ist auch jedem Menschen freigestellt, ob er sich mit seinem eigenen Lebensende in dieser Form auseinandersetzen will. Es braucht Menschenkenntnis, Verständnis, Geduld. Ein wertvoller Einstieg in das Thema bietet ein Gespräch und erste Gedanken zur Patientenverfügung.» Ein diffiziles Geschäft, das viel Fingerspitzengefühl verlangt. Auch im Umgang mit den Angehörigen und deren Befindlichkeiten. Was, wenn jemand eine Wasserbestattung wünscht, Angehörige sich aber nach einem Platz sehnen, an dem sie die verstorbene Person besuchen können? «Da ist es immer wichtig, beide Seiten zu betrachten. Darauf mache ich Menschen aufmerksam, wenn ich sie begleite», meint Villiger. Ihre Arbeit ist sehr persönlich. Sie bekommt Einblicke in das Leben der Menschen und deren Geschichten. Erfährt auch Dinge, die die Angehörigen selbst nicht wussten.

«Da war ein älterer Herr. Er hatte ein Erinnerungsbox angelegt. Ein Kistchen, in das er regelmässig Gegenstände und Schriftstücke legte. Zum Andenken, für seine Familie.» Das erwähnte er im Gespräch mit Angela Villiger. Genauso, welche Eckpunkte und prägenden Ereignisse in seinem Lebenslauf vorkommen sollen. Hätte er die Bestattungsplanerin nicht gerufen, wäre das Kistchen vielleicht auf dem Müll gelandet und die letzten Worte für ihn wären andere gewesen. In diesem Fall stand der Herr bereits kurz vor seinem Lebensende. «Da regelt man die wichtigsten Dinge und nicht alles bis ins kleinste Detail», erklärt Angela Villiger. Bei Menschen, die mitten im Leben stehen, kann das Dossier ziemlich umfangreich werden. Dieses wird übrigens den Auftraggebern übergeben und nur auf ausdrücklichen Wunsch bei der Bestattungsplanerin aufbewahrt.

Was gehört alles in das Dossier?

Die Patientenverfügung ist ein wertvoller Einstieg in die Auseinandersetzung mit dem Lebensende. Man stellt sich Fragen wie: Was macht mein Leben lebenswert? Welche Werte vertrete ich im Leben? Welche Gefühle hege ich in Bezug auf

Sterben und den Tod? Welche Ängste begleiten mich? «Gerade wenn Angehörige Wünsche erfüllen müssen, die entgegen ihrer eigenen Ethik sind, ist ein aufklärendes Gespräch in Bezug auf die Patientenverfügung sehr wichtig. Sonst kommt die verantwortliche Person in einen grossen Gewissenskonflikt», weiss Villiger. Mit einem Vorsorgeauftrag klärt man, wer die Entscheidungsvollmacht hat, wenn man selbst handlungsunfähig ist. Wer bestimmt über Personensorge, Vermögenssorge, rechtliche Aspekte. Ist das nicht geregelt, entscheidet die KESB, wer die Verantwortung trägt. Auch ein Testament, einen Ehe-/oder Erbvertrag kann man bei der Bestattungsplanerin aufsetzen lassen (mehr zum Testament lesen Sie auf Seite 16 in diesem Heft). In einem nächsten Schritt legt man die Anordnungen im Todesfall fest. «Da ist an so viele Dinge zu denken, die einem zuerst gar nicht bewusst sind. Vollmachten, Immobilien, Arbeitsvertrag, Versicherungen ... die Liste ist fast endlos.» Ganz wichtig in unserer digitalen Zeit ist auch das Regeln vom Umgang mit den Konten in Sozialen Medien, eigenen Websites etc. Und dann natürlich der Tod und die Beerdigung selbst. Für gewisse Menschen ist es wichtig, dass die

«Da ist an so viele Dinge zu denken, die einem zuerst gar nicht bewusst sind. Vollmachten, Immobilien, Arbeitsvertrag, Versicherungen... die Liste ist fast endlos.»

Seele in Ruhe gehen kann. Haben sie die Augen für immer geschlossen, soll ein Fenster geöffnet oder man möchte eine bestimmte Zeit nicht angefasst werden. Solche Wünsche hält Villiger im Dossier fest. Haben Sie sich schon einmal gefragt, ob ihre Adressdateien aktuell sind? Ob Sie die Adressen all der lieben Menschen in Ihrem Leben gesammelt und gespeichert haben? «Das erfragen und erledigen wir. Wie schade wäre es, wenn ein lieber Mensch zum Beispiel im Ausland wohnt und erst spät vom Tod

einer Person erfahren würde, er weder Abschied nehmen noch sein Beileid bekunden kann?» Mit dieser Aussage ist auch klar, dass der Kontakt mit der Bestattungsplanerin über einen längeren Zeitraum besteht. Jährlich fragt sie nach, ob sich etwas verändert hat. Ob die geäusserten Wünsche noch dem aktuellen Stand entsprechen.

Mit oder ohne Angehörige planen?

Villiger rät, in solche Prozesse die Angehörigen miteinzubeziehen, sofern sie bereit dazu sind. Oft schon hat sie erlebt, wie eine offene Gesprächskultur ganze Familien zusammenschweisste. «Natürlich fliessen auch Tränen. Doch haben in einem solchen Rahmen alle die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Das verbindet ungemein, schafft Verständnis für Entscheide und Haltungen.» Und so handhabt man es auch bei den Vorbereitungen für die Bestattung. Angehörige werden miteingebunden, wann und wo sie es wünschen. Oder die Angehörigen binden ihre Bestattungsplanerin mit ein, da wo sie Hilfe brauchen. «Nach einem Todesfall prasselt ein enormer bürokratischer Aufwand auf die Angehörigen ein. Da bieten wir Hand, unterstützen, ent-



schärfen. In solchen Situationen wollen die Hinterbliebenen in erster Linie trauern. Und das ist richtig so.»

Dass Angela Villiger ihre eigene Bestattung geplant hat, versteht sich von selbst. Es war quasi der Startschuss in ihre Geschäftstätigkeit. Inzwischen ist auch festgelegt, welches Bild auf ihrem Leidzirkular aufgedruckt werden soll – fünf Jahre nachdem sie ihre Wünsche niedergeschrieben hat. Wie man sieht, auch die Bestattungsplanung ist ein Prozess. Villiger beobachtet oft, dass dieser Prozess für Menschen eine Erleichterung und Bereicherung ist. «Man kann sich danach voll und ganz dem Leben zuwenden.»

Über die life festival GmbH

Im Jahr 2015 gründete Angela Villiger, Eidg. FA Treuhänderin, die Life Festival GmbH. Inzwischen besteht das Team aus vier Fachfrauen, die Personen in der ganzen deutschsprachigen Schweiz betreuen. Und zwar unabhängig von deren Konfession und spiritueller Überzeugung. Die Arbeit geht Hand in Hand mit allen Fachpersonen, die es rund um eine würdevolle Bestattung braucht. Von Priestern über Bestatter bis zu Floristen.

life festival GmbH
Sumpfstrasse 26
6003 Zug
Tel. 041 530 15 78
www.lifefestival.ch

Von der Patientenverfügung bis zur Testamentseröffnung

Patientenverfügung

Festhalten, welche medizinischen Massnahmen und Behandlungen man wünscht und welche nicht; für den Fall, dass man nicht mehr selbst entscheiden kann.

Handlungsunfähigkeit – Vorsorgeauftrag

Bemächtigen, wer im Falle der eigenen Handlungsunfähigkeit, Urteilsunfähigkeit die Angelegenheiten regelt und organisiert. Ist das nicht geregelt, kommt die KESB zum Einsatz, was oft mit zusätzlichem Aufwand und Kosten verbunden ist.

Anordnungen im Todesfall

Regelt Details zum Vorgehen und liefert die wichtigen Informationen im Todesfall von Hausarzt über das Familienbüchlein, den Steuerberater, Passwörter, Umgang mit Social Media Profilen etc.

Beerdigung

Beantwortet Fragen zu Kleidung, Schmuck, Leidzirkular, Adresslisten, Ablauf Beerdigung, Rituale, Regelung zu 30igstem oder Jahrzeit etc.

Eröffnung Testament

29. oder 30. Oktober 2020
Ratgebtag

**Beerdigungsplanung
zu Lebenszeiten**
15:30 Uhr bis 17:00 Uhr

life festival GmbH
Sumpfstrasse 26, 6300 Zug
Anmeldung: av@lifefestival.ch

Das Testament

Damit mein Wille geschehe

Dieser sogenannte Rechtsakt kann von jeder volljährigen, urteilsfähigen Person verfasst werden. Ist jemand sehbehindert oder sonst nicht fähig, eigenhändig ein Testament zu schreiben, ist zwingend notarielle Unterstützung einzuholen. Ein Testament muss individuell und separat erstellt werden, auch dann, wenn man verheiratet ist. Für die Regelung des gemeinsamen Nachlasses empfiehlt sich ein Erbvertrag.

Weshalb soll man überhaupt ein Testament schreiben?

Verfassen Sie kein eigenhändiges Testament gilt, was das Gesetz vorgibt. Und das ist nicht in jedem Fall das, was Sie sich für Ihren Nachlass wünschen. Also nehmen Sie sich die Zeit, setzen Sie sich mit Ihren Wünschen für die Nachlassregelung auseinander und formulieren diese. Tun Sie das nicht und haben keine Nachkommen, dann geht Ihr Erbe an den Staat oder an entfernte Verwandte. Mit einem Testament können Sie bestimmen, ob Ihr Erbe an eine soziale Institution oder Stiftung gehen soll, zum Beispiel. Auch für Paare, die im Konkubinats leben, ist ein Testament wichtig. Denn ohne ein Testament ist der Konkubinatspartner ohne Rechte. Auch wenn Sie Personen berücksichtigen wollen, mit denen Sie nicht verwandt sind, geht das nur testamentarisch.

Manche befassen sich sehr früh mit ihrem «letzten Willen», andere schieben den Gedanken daran so lange wie möglich vor sich her. Auch wenn wir uns nicht gerne mit der eigenen Sterblichkeit auseinandersetzen, macht es Sinn. Denn mit einem Testament schützen Sie Ihre Liebsten und stellen sicher, dass Ihre Wünsche rund um Ihre Erbschaft erfüllt werden. Insbesondere die, welche nicht gesetzlich verankert sind.

Das eigenhändige Testament

Ein eigenhändig verfasstes Testament muss von Anfang bis Ende von Hand verfasst sein. Es braucht ein Errichtungsdatum und die Unterschrift des Verfassers. Schreibt man es am Computer, kann der letzte Wille wegen Formmangel von den Erben angefochten werden. Damit Sie auf der sicheren Seite sind, geben Sie Ihr Testament einem Notar zum Gegenlesen, um formale Fehler zu vermeiden. Und sorgen Sie dafür, dass Ihr Testament einen sicheren und Aufbewahrungsort bekommt. Auch das kann bei einem Notar sein.

Das öffentliche Testament

Dieses Testament wird von einer Urkundsperson verfasst (Notar, Gemeinbeschreiber, Treuhänder etc.). Die Fachperson kann hier beratend mitwirken und prüft die rechtliche Gültigkeit der Verfügung.

Die anwesenden Zeugen (zwei Personen) bestätigen die Urteilsfähigkeit des Erblassers, der Erblasserin. Lebt man in komplexen Konstrukten, zum Beispiel in Patchworkfamilien, oder führt ein Unternehmen, besitzt Güter in verschiedenen Ländern, empfiehlt sich diese Vorgehensweise sehr. Das Dokument ist rechtlich korrekt und schwierig anzufechten.

Das mündliche Nottestament

Dieses Testament ist nur für Notfälle gedacht. Besteht kein Testament, kann auf dem Sterbebett der letzte Wille mündlich erklärt werden. Dazu müssen zwei Zeugen anwesend sein. Ein Zeuge schreibt die Erklärung auf (unter Angabe

von Ort und Errichtungsdatum). Das Dokument muss von beiden Zeugen unterzeichnet und bei der Gerichtsbehörde eingereicht werden (unverzüglich). Tun das die Zeugen nicht, ist das Testament anfechtbar. Das Testament wird innerhalb von 14 Tagen ungültig, wenn sich der Erblasser soweit erholt, dass es ihm möglich wäre, eigenhändig ein Testament einzureichen oder wenn ein öffentliches Testament möglich wäre.

Kann man ein Testament ändern?

Natürlich, jederzeit. Es ist Ihr Wille! Ratsam ist jedoch, dass Sie bei Änderungen ein neues Dokument verfassen. Das ist eindeutiger, als wenn Sie bestehende Passagen streichen oder abändern. Übrigens: Ein Testament ist nicht zwingend, aber ratsam. Viele Bestimmungen sind gesetzlich geregelt. Doch ist der letzte Wille so individuell, wie jedes Leben es ist. Und das sollte berücksichtigt werden. Für ein würdevolles Leben bis zuletzt.

Welchen Inhalt hat ein Testament?

Führen Sie alle Güter auf, die Ihnen persönlich gehören. Damit sind bewegliche (Schmuck, Fahrzeuge, Möbel etc.) und unbewegliche Sachen (Häuser, Grundstücke, Unternehmen etc.) auf. Achten Sie beim Formulieren darauf, dass Sie eindeutig schreiben, damit keine Zweifel und kein Spielraum für Interpretationen besteht.

- Titel: Testament
- Personalien der Erblasserin oder des Erblassers wie Vorname, Name, Geburtsdatum, Bürgerort
- Widerruf sämtlicher letztwilligen Testamente
- Testamentarische Anordnungen: Sie können einzelnen Personen mehr oder weniger zukommen lassen, als das Erbrecht vorsieht. Einzig die Pflichtteile (= Mindestanteil der Erbschaft) der gesetzlichen Erben müssen eingehalten werden.
- Sie können auch einzelne Gegenstände (Schmuck, Sammlungen) oder Vermögenswerte (Geld, Liegenschaft) bestimmten Personen zukommen lassen (Vermächtnisse) und Auflagen oder Bedingungen formulieren. Sie können das Vermögen auch für einen bestimmten Zweck als Stiftung errichten.
- Formulieren Sie klar und eindeutig und unterscheiden Sie zwischen Ihren Erben und Ihren Vermächtnisnehmern. Ansonsten kann Ihr Testament angefochten werden.
- Willensvollstrecker, sofern von Ihnen gewünscht
- Ort und Datum
- Unterschrift

Diverse Daten Zuger TrauerCafé

Das Zuger TrauerCafé gibt Betroffenen in einem geschützten Rahmen die Möglichkeit, sich auszutauschen. Eine Gruppe von Fachpersonen und Freiwilligen aus den Bereichen der Seelsorge, des Beratungs- und Sozialdienstes Ihnen beratend und unterstützend zur Seite. Der Anlass ist kostenlos, Spenden sind erwünscht. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ort und Zeit: Alterszentrum Neustadt, Zug, 16:00 – 18:00 Uhr
Nächste Termine: 2. Oktober 2020, 4. November 2020

16. Oktober bis 27. November 2020 Schweizerisches Rotes Kreuz Unterwalden – Palliative Care in der Langzeitpflege

Palliative Care richtet den Fokus auf die Gesamtheit des Menschen. Das bedeutet, die Ziele für die Pflege und die Medizin werden ganzheitlich betrachtet. Für den alten oder unheilbar kranken Menschen steht nicht mehr die Wiederherstellung von «Ge-sund sein» im Vordergrund, sondern die Lebensqualität mit verschiedenen Mitteln und Methoden zu erhalten und das nahende Ende würdevoll zu gestalten. Der Kurs ermutigt, stärkt und befähigt, sich auf die Welt von Menschen, welche sich dem Lebensende nähern, einzulassen und sie gestärkt mit Empathie und Sicherheit begleiten zu können. Er richtet sich an Pflegehelfer/-innen SRK, Laienpersonen und Freiwillige vom palliativen Begleitdienst

Daten: Freitag, 16./23./30. Okt, 6./13./20. und 27. Nov 2020
Zeit: jeweils von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr und von 13:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Kursort: SRK Unterwalden, Nägeligasse 7, Stans
Infos und Anmeldung: www.srk-unterwalden.ch

16. Oktober 2020 Caritas – Autonomie und Lebensqualität – herausfordern – de Ziele in der Palliative Care

Palliative Care setzt sich zum Ziel, den Betroffenen bis zuletzt eine möglichst hohe Lebensqualität zu erhalten und ihre Autonomie zu bewahren. Wie kann das in der Praxis gelingen? Was heisst Lebensqualität bei chronischen Krankheiten oder bei Demenzerkrankungen und wie können wir sie fördern? Wie können Autonomie und Selbstbestimmung ermöglicht werden bei unheilbarer Krankheit und manchmal abnehmender Urteilsfähigkeit? In der Auseinandersetzung mit diesen Fragen erarbeiten wir konkrete Ansätze zur Umsetzung in der täglichen Praxis.

Referent: Roland Kunz, Dr. med., Chef- arzt Universitäre, Klinik für Akutgeriatrie im Stadtpital, Waid Zürich und ärztlicher Leiter Zentrum für Palliative Care, Dozent für Palliativmedizin und Mitautor mehrerer Fachbücher
Ort: der MaiHof – Pfarrei St. Josef, Luzern
Kosten: Ein Bildungstag CHF 250.00
Zeit: 09:00 bis 12:00 Uhr und 13:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Infos und Anmeldung: www.caritas-luzern.ch/aktuelles

19. Oktober 2020 Caritas – DenkRaum Tiefgründiges Nachdenken über Sterben, Tod und Trauer mit Heidi Pfäffli-Bachmann

Am DenkRaum kann man sich mit der Philosophin Heidi Pfäffli-Bachmann zu den Themen Sterben, Abschied und Tod austauschen. Man bringt persönliche Überlegungen ein, stellt Fragen und überdenkt das eigene Gedankengut gemeinsam mit der Philosophin und den anderen Teilnehmenden. Das Auseinandersetzen mit dem Phänomen «Sterben» fördert eine bewusstere Haltung zum Leben.

Ort: Zwitscher-Bar, Morgartenstrasse 16, Luzern
Eintritt: Kollekte
Zeit: 18:30 Uhr bis 20:30 Uhr
Anmeldung: nicht erforderlich

30. – 31. Oktober 2020 Im Leben dem Sterben begegnen

«Je eher wir den Tod annehmen können, umso mehr Zeit haben wir, vollständig zu leben und in der Wirklichkeit zu sein. Wenn wir den Tod annehmen, beeinflusst das nicht nur unsere Erfahrung des Sterbens, sondern auch die des Lebens. Leben und Tod sind zwei Seiten desselben Kontinuums. Man kann nicht – was so viele von uns versuchen – zugleich ein erfülltes Leben haben und sich das Unvermeidliche vom Leibe halten wollen.» Dieses zweitägige Seminar ist eine Einladung, uns bewusst im Sterben zu üben. Ein Seminar mit Übungen in der Gruppe und einzeln, Stille-Media-

tionen, Gesprächen und einem Besuch der Aufbahrungsräume im Friedental.

Ort: Luzern
Kosten: CHF 280.00
Zeit: jeweils von 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Infos und Anmeldung: Tel. 076 520 06 75 kthuerig@bluewin.ch

25. November 2020 Palliative Care Erfahrungsaustausch zum Thema Trauer

Die diesjährige Durchführung von Palliative Care ERFA vermittelt Fachwissen zum Thema Trauer. Was ist Trauer? Wann entsteht Trauer? Wie zeigt sich Trauer? Wie kann ich Menschen in der Trauer unterstützen? Der Kurs ERFA ermöglicht den Erfahrungsaustausch in einer Diskussionsrunde. Durch die Erzählungen aus Praxiserlebnissen werden sie voneinander lernen und profitieren. Entsprechend werden Sie für das zukünftige Handeln gestärkt und können das Erlernte und Erfahrene in der Praxis anwenden.

Leitung: Margrit von Wyl, Pflegefachfrau HF, dipl. Trauer- und Sterbebegleiterin
Ort: SRK Unterwalden, Nägeligasse 7, 6370 Stans
Kosten: CHF 160.00
Zeit: 09:00 Uhr bis 12:00 und 13:00 bis 16:30 Uhr
Infos und Anmeldung: www.srk-unterwalden.ch

2. Dezember 2020 «Wenn doch alle(s) in Frieden wäre(n)...» – Von Wünschen und Realitäten am Lebensende

Viele Sterbende und auch ihre Angehörigen haben den Wunsch des friedlichen Abschieds. Manchmal endet das Leben jedoch unversöhnt. Erlebnisse der persönlichen Lebensgeschichte und die Realität der vielfältigen familiären Beziehungen können das Loslassen im Sterben und den Abschied erschweren. Diese Spannung auszuhalten kann für Sterbende, für Angehörige, aber auch für Begleitende herausfordernd sein. Wir schauen an diesem Tag auf mögliche persönliche, innere und familiäre Beziehungsdynamiken und den hilfreichen Umgang damit.

Referent: Thomas Feldmann, Leiter Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase, Caritas Luzern, lic.theol., Supervisor IAS und Systemtherapeut, Weiterbildung interdisziplinäre Palliative Care
Ort: Der MaiHof – Pfarrei St. Josef, Wegismattstrasse 9, 6004 Luzern
Kosten: Ein Bildungstag kostet CHF 250.00 (50 % Rabatt mit der KulturLegi)
Zeit: 9:00 bis 12:00 Uhr und 13:30 bis 17:00 Uhr
Kosten: Ein Bildungstag kostet 250 CHF pro Tag (50 Prozent Rabatt mit der KulturLegi).
Infos und Anmeldung: <https://www.caritas-luzern.ch/was-wir-tun/sterbebegleitung/aus-und-weiterbildung>

16. November 2020 Caritas – Informationsveranstaltung Grundkurs in Sterbebegleitung

Die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen erfordert Respekt, Offenheit und Einfühlungsvermögen. Unser achttägiger Grundkurs deckt ein breites thematisches Feld der Begleitung in der letzten Lebensphase ab. Die Teilnehmenden erfahren im Kurs, wie sie für Menschen am Lebensende da sein können. Gleichzeitig bietet dieser die Möglichkeit, sich mit der eigenen Sterblichkeit und mit Abschied auseinanderzusetzen. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, über den eigenen Lebensweg und die eigenen Erfahrungen mit Sterben, Tod und Trauer zu reflektieren und viel über die Bedürfnisse Sterbender zu erfahren, um diese immer feiner wahrzunehmen und unterstützend begleiten zu können. Der Informationsabend ist ideal für den Grundkurs 63, der vom 11. Januar bis 26. April 2020 stattfindet, jeweils am Montag von 09:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 17:30 Uhr

Ort: Spitex Stadt Luzern, Fruttstrasse 15, 6002 Luzern
Kosten: keine
Zeit: 19:15 bis 20:45 Uhr
Infos und Anmeldung: <https://www.caritas-luzern.ch/was-wir-tun/sterbebegleitung/aus-und-weiterbildung>
Hinweis: Da sich die Vorgaben für Veranstaltungen im Moment stetig ändern, bitten wir Sie, sich vor dem Anlass unbedingt über die Website des Veranstalters zu informieren oder den Veranstalter direkt zu kontaktieren.

Ein Dankeschön für eine wertvolle Einrichtung

Am Gebäude des Hospizes Zentralschweiz ist vieles augenfällig. Etwas sticht ganz besonders ins Auge: die markante grüne Dachumrandung am Neubau. Diese millimetergenaue Spenglerarbeit in Falztechnik hat die Krauer Spenglerei GmbH aus Hellbühl ausgeführt. «Das war ein sehr spezieller Auftrag für uns. Wie machen wir die Einteilungen, wie lassen wir das Falzbild wirken? Da war unser ganzes Wissen gefordert», erläutert Teddy Krauer, Inhaber der Spenglerei.

Speziell war nicht nur der Auftrag. Sondern auch das Dankeschön der Firma Krauer, adressiert an das Hospiz Zentralschweiz. Das Unternehmen bedachte uns mit einer grosszügigen Spende. Nicht nur als Dank für den Auftrag, sondern vor allem als Dank



Die Vielseitigkeit der Krauer GmbH in einem Bild zusammengefasst: Flachdacharbeiten, Spenglerarbeiten und Ziegeldeckung

dafür, dass die Einrichtung geschaffen wurde. Teddy und Conny Krauer (seine Frau, die tatkräftig im Unternehmen mitwirkt) erlebten im eigenen Bekanntenkreis, was es bedeutet, wenn eine schwerkranke Person gut begleitet und betreut ein menschenwürdiges Lebensende finden kann. «Wir sehen, wie wichtig

das ist und wie privilegiert wir sind – gesund, mitten im Leben stehend und voller Tatendrang. Zudem ist eine solche Spende nachhaltiger, als kleine Goodies zu verteilen», begründet Teddy Krauer den Obolus. Welch schöne Geste! Wir bedanken uns von Herzen.

Teddy Krauer hat das Unternehmen im Jahr 1987 als Einmannbetrieb in Hellbühl gegründet. Heute packen insgesamt 12 Mitarbeitende tatkräftig zu. Spenglerarbeiten, Bedachungen, Fassaden – die Arbeiten sind vielfältig, die Kompetenzen der Mitarbeitenden fliessen ineinander.

Zuverlässigkeit und hervorragende Qualität stehen an oberster Stelle. So kann Teddy Krauer auf einen treuen

Kundenstamm zählen, der teilweise bereits in der dritten Generation mit ihm und seinem Team zusammenarbeitet.



Krauer Spenglerei GmbH
Waldeggrain 2
6016 Hellbühl
www.krauer.lu



Angelika Kaddik

Wie aus Schmerzen Perlen werden

Perlen gelten als Symbol für Trauer und Tränen. Und wie die Muschel mit ihrem Schmerz leben muss und dabei Schicht für Schicht ihr Perlmutter um die Verletzung legt, können auch wir unsere Trauer annehmen und Schritt für Schritt unseren ganz persönlichen Weg durch

die Trauer gehen. Angelika Kaddik begleitet mit ihrem Buch durch den Prozess des Trauerns, unterstützt mit tröstenden Texten, hilfreichen Ritualen und Körperübungen und entfaltet die Botschaft: Aus unserem Schmerz kann etwas Kostbares entstehen.

Über die Autorin

Angelika Kaddik, geb. 1956, ist verheiratet und hat zwei erwachsene Söhne. Die gebürtige Hamburgerin arbeitet in Potsdam in ihrer Praxis für heilkundliche Psychotherapie, Paarberatung und Coaching und begleitet viele Menschen durch Krisen und Trauer. Im Dezember 2010 befand sie sich plötzlich selber in einer Situation, in der sie bemerkte, dass Tod und Trauer nur bedingt gesellschaftsfähig sind. Um Trauer nach aussen zeigen zu können, kreierte sie ein neues Symbol der Trauer: die TRAUPERLE.



Liebe Leserin, lieber Leser

Haben Sie in Ihrer persönlichen Sammlung Bücher, die Sie bereits gelesen haben und entbehren können? In unserer Bibliothek hat es noch freien Platz für Lesestoff. Wir freuen uns über jede Gabe. Für eine Bücherspende wenden Sie sich bitte direkt an: info@hozs.ch

Sicher, schnell und
einfach!

Online Spenden

www.hospiz-zentralschweiz.ch
oder www.wirAlle.ch



DAS GANZE LEBEN



**HOSPIZ
ZENTRALSCHWEIZ**
PALLIATIVE CARE

Spendenkonto

Luzerner Kantonalbank
IBAN: CH34 0077 8207 4640 0200 1
Stiftung Hospiz Zentralschweiz
Gasshofstrasse 18
6014 Luzern

Spenden Sie Schutz!

Erwerben Sie einen unserer Hospiz-Schirme
und werden Sie Botschafter für das Hospiz Zentral-
schweiz. Oder verschenken Sie Schutz an Menschen,
die Ihnen am Herzen liegen.

Wir lassen niemanden im Regen stehen.

Wählen Sie Ihr Lieblingsmodell
aus zwei Design-Varianten!

Der Schirm mit seinem übergrossen
Durchmesser von 120 cm schützt Sie
plus mindestens eine/n Begleiter/in auf
Ihrem Weg durch Wind und Wetter.

Bestellen Sie den Schirm jetzt
über unsere Website!

www.hozs.ch/schirm

CHF **60.-**

(exkl. Verpackung
und Versand)

DAS GANZE LEBEN



**HOSPIZ
ZENTRALSCHWEIZ**
PALLIATIVE CARE

Stiftung Hospiz Zentralschweiz
Gasshofstrasse 18
6014 Luzern

**Patientenanmeldung und
-auskünfte:**

041 259 91 91

Andere Anfragen:

041 259 91 97

info@hospiz-zentralschweiz.ch
www.hospiz-zentralschweiz.ch



Dachverband Hospize Schweiz
Association des hospices Suisses
Associazione dei ospizi Svizzeri
Associaziun dals ospizis svizzers

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/0973-9005-001

DE
DRUCKEREI EBIKON
Einfach. Gut. Vielerorts.

Wir unterstützen das
Hospiz Zentralschweiz: