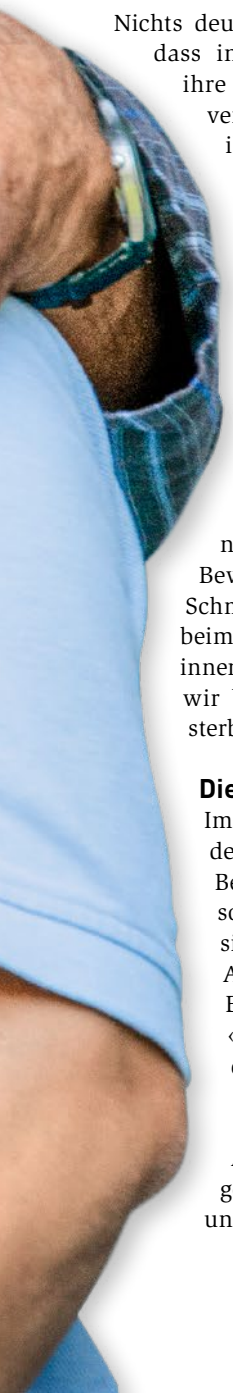
Der Bewohner fühlte sich bei Pflegefachfrau Nadja Heierli sichtlich in guten Händen. Er ist vor kurzem gestorben.

«Der Tod ist allgegenwärtig, aber nicht immer Gesprächsstoff»

Im ersten Hospiz für die Region in St. Gallen werden schwerstkranke Menschen in familiärer Atmosphäre begleitet. Das am 1. Februar eröffnete Haus an der Waldstrasse 3 mit sieben Zimmern und einem grossen Garten gleicht einer Wohngemeinschaft.

Text: Rita Bolt / Fotos: Miranda Outon



Nichts deutet von aussen daraufhin, dass in diesem Haus Menschen ihre letzten Tage oder Wochen verbringen, Abschied von ihren Angehörigen nehmen und sterben werden. Der Garten blüht, bunte Blumen schmücken den Eingang und nicht selten ist fröhliches Lachen aus den Zimmern zu hören. «Der Tod ist zwar allgegenwärtig, aber er ist nicht immer Gesprächsstoff», sagt Beata Winiger, Leiterin Pflege. Für jeden verstorbenen Bewohner oder jede verstorbene Bewohnerin ziert ein farbiger Schmetterling die weisse Wand beim Eingang. «Eine schöne Erinnerung an jene Menschen, die wir begleiten und die bei uns sterben durften.»

Die Wohngemeinschaft

Im Hospiz wird eine 24-Stunden-Pflege gewährleistet. Im Bereich Pflege arbeiten 16 Personen. Alle Diplomierten – es sind 5,4 Stellen – haben eine Aus- oder Weiterbildung und Erfahrung in Palliative Care. «Obwohl wir selber über die Medikamentenverabreichung entscheiden, besprechen wir uns oft mit einem Arzt», erklärt Beata Winiger. Beim Eintritt ins Hospiz und Erstgespräch werde die Medikamentenliste der zuweisenden Stelle angeschaut und besprochen. «Ist ein Medikament im Hospiz nicht vorrätig, wird es besorgt», sagt Lydia Koller, stellvertretende Leiterin Pflege. Sie hat schon einige Eintrittsgespräche geführt. Medikamente, Diagnose oder Therapie seien nur drei Themen, ein anderes sei der Bewohnervertrag, der zusammen durchgegangen werde. Beispielsweise wird darin geregelt, dass der Verstorbene drei Tage im Zimmer aufgebahrt wird und die Angehörigen in Ruhe Abschied nehmen können (siehe Box nebenan). Da erlebe man verschiedene Situationen. Familien versammeln sich und beten, Kinder verabschieden sich von Mutter oder Vater. «Auch haben Kinder schon ein Haustier mitgenommen», erzählt Lydia Koller. Das Pflegepersonal unterstützt die Hinterbliebenen bei der Trauerarbeit.

> *Die Bewohner dürfen aufstehen, wann sie wollen, essen, wenn sie Hunger haben, ein Schläfchen machen, wenn sie müde sind.*

Tagesablauf gibt es nicht

Nicht geregelt im Bewohnervertrag wird der Tagesablauf. «Wir sind hier an keine festen Strukturen gebunden», sagt die Leiterin Pflege. «Unsere Bewohner bestimmen selbst, wie sie den Tag verbringen wollen. Sie dürfen aufstehen, wann sie wollen, essen, wenn sie

BEATA WINIGER

Adieu sagen

«Im Hospiz haben wir die Möglichkeit, die Bewohner für drei Tage im Zimmer aufzubahren. Die Einsargung findet ebenfalls im Hause statt. Ich empfinde es als grosse Bereicherung, den Prozess des Sterbens mit der Aufbahrung und dem Einsargen im Hause mitzuerleben. Es gibt Angehörige, die ebenfalls dabei sein möchten und noch eine Blume oder einen Gegenstand mit auf den Weg geben. Für mich ist es ein wichtiger emotionaler Teil, ein letztes Mal Adieu zu sagen.»

Beata Winiger, Leiterin Pflege

Viele Dekos schmücken das gemütliche Stübli im ersten Stock. Es ist für alle Bewohner und Bewohnerinnen frei zugänglich.

LYDIA KOLLER

Beziehung pflegen

«Ich schätze die persönlichen Gespräche in der Küche mit den Angehörigen und Bewohnern sowie das gemeinsame Essen in der Stube. Mir die Zeit nehmen dürfen, um zu den Bewohnern ans Bett zu sitzen, zuzuhören oder einfach nur da zu sein, ist wunderbar. Jeder Mensch, der für einige Zeit im Hospiz war, hat bei mir seine Spuren hinterlassen. Es ist nicht die Zeit, die eine Beziehung ausmacht sondern was ich aus dieser Zeit mache.»

Lydia Koller, Stv. Leiterin Pflege

Hunger haben, ein Schläfchen machen, wenn sie müde sind, in den Garten sitzen…» «Das Hospiz ist wie eine Wohngemeinschaft», sagt Franz Keel. Seine Schwester hat vier Wochen im Hospiz gewohnt und ist Anfang März gestorben. «Die schwerstkranken Menschen sind nicht isoliert in ihren Zimmern. Ich habe es geschätzt, dass meine kranke Schwester mit mir gemeinsam mit dem Personal die Mahlzeiten an einem grossen Tisch einnehmen durfte und wir uns austauschen konnten.» Seine Schwester habe die letzten Tage in behüteter und familiärer Atmosphäre verbringen dürfen. «Dafür bin ich dankbar», sagt Keel.

Umzug Mitte 2019

Das jetzige Hospiz ist eigentlich ein Provisorium, denn das «richtige» – die Villa Jacob am St. Galler Rosenberg – kann erst Mitte 2019 bezogen werden. Obwohl von einem Provisorium gesprochen wird, kann davon aber keine Rede sein. Die Zimmer sind mit Holzmöbeln zweckmässig eingerichtet, die Nasszellen neu, und die beiden «Stübli» mit den grossen Tischen und den Polstermöbeln in harmonischen Farben strahlen Gemütlichkeit aus. «Uns ist es wichtig, dass sich die Menschen hier wohlfühlen, Rückzugsmöglichkeiten haben und in aller Ruhe Abschied von ihren Angehörigen nehmen können», sagt Beata Winiger. Das Hospiz sei ein Zuhause zum Leben und Sterben.

Da nur etwa die Hälfte der Kosten durch die Bewohner, die öffentliche Hand und die Krankenkassen getragen werden, ist das Hospiz St. Gallen auf Spenden angewiesen. Es muss jährlich rund eine Million Franken an Spendengelder eingenommen werden, damit die Institution längerfristig betrieben werden kann (Hospiz St. Gallen, Waldstrasse 3, 9008 St. Gallen, IBAN CH23 0900 0000 6137 1000 2 oder www.hospizstgallen.ch/aktuell).

Autorin

Rita Bolt, Medienbeauftragte Hospiz St. Gallen.

rita.bolt@hospizstgallen.ch

Naturheilkundliche Ausbildung – ideal für den Wiedereinstieg

Neue Berufschancen nach Babypause

**Zurück in die Berufswelt und trotzdem genügend Zeit für die Kinder haben?
Das geht im Bereich der Naturheilkunde besonders gut. Eine anerkannte Ausbildung ist die beste Basis für den faszinierenden und familienfreundlichen Therapieberuf – und öffnet die Tür zur Selbstständigkeit.**

Text: Reto Vacchelli

Eltern kennen es nur zu gut: Kinder stellen das ganze Leben auf den Kopf, Millionen von Gefühlen wirbeln durch den Tag, und plötzlich ist nichts mehr wie zuvor. Das gilt auch für den Beruf: Was vor der Elternschaft perfekt passte, lässt sich nun mit Kindern schlecht vereinbaren. Auf der Suche nach einem neuen Job stellen Mütter und Väter ernüchtert fest, dass die Erwerbslücke während der Elternzeit als Manko gilt. Und nicht selten machen sich Zweifel breit, ob sie den Anforderungen überhaupt noch gewachsen sind.

Ausbildung als Alternative
Eine Berufstätigkeit bringt neben der finanziellen Unabhängigkeit das gute Gefühl, anerkannt zu werden. Sie steigert das Selbstvertrauen, hält geistig fit, fördert Kontakte und bildet eine willkommene Abwechslung zum Familienalltag. Nur: Was ist zu tun, wenn der alte Job nicht mehr zum neuen Leben passt?
Hier bietet die Paracelsus Schule als offizielle Ausbildungsstätte für Naturheilkunde eine ideale Alternative für Eltern: Sie bereitet in familienbegleitenden Lehrgängen fundiert und praxisnah auf den erfüllenden Therapieberuf vor. Ein anerkannter Abschluss öffnet Tür und Tor in einem aufstrebenden Berufsfeld. Denn die Krankenkassen tragen über die Zusatzversicherungen oftmals die Kosten für naturheilkundliche Behandlungen.

Eltern-Qualitäten sind gefragt
Gefragt ist dabei in erster Linie ein gutes Gespür für Menschen. Und gerade da bringen Eltern ideale Voraussetzungen mit: Sie können ihre Qualitäten in puncto Kommunikation, Konfliktbewältigung, Empathie und Multitasking einbringen und weiterentwickeln.

Das Interessante an der Naturheilkunde ist, dass sie viele Gebiete umfasst: von der Pflanzenheilkunde bis zu den energetischen Massagen, von der Homöopathie bis zur Akupunktur, von der Ernährungsberatung bis zur Sportheilkunde. Diese breite Basis ermöglicht eine erfolgreiche Spezialisierung auf ein Fachgebiet – zum Beispiel auf Kinderheilkunde. Zudem eignet sie sich hervorragend für den Schritt in die Selbstständigkeit. Nicht zuletzt profitiert auch die eigene Familie vom wertvollen Wissen über die Wirkung sanfter Heilmethoden.

Familienfreundlich – von Anfang an
Die Familienfreundlichkeit beginnt jedoch schon viel früher: mit dem ersten Abklärungsgespräch. Die Paracelsus Schule gewichtet die persönlichen Voraussetzungen der Interessierten höher als Zeugnisse und Vorbildungen. Und die Ausbildung im praktischen Modulsystem lässt sich gut mit der Familie vereinbaren.

Vereint Praxis und Theorie: die Paracelsus Schule Zürich
Die Paracelsus Schule Zürich ist ein anerkanntes Institut für naturheilkundliche Lehrgänge. Sie vermittelt aktuelles Fachwissen umfassend und kompetent. Hier lernen Fachpersonen und Quereinsteiger alles, was sie für den späteren Berufsalltag wissen müssen. Mit dem flexiblen Modulsystem lässt sich eine Weiterbildung ideal mit einer Berufstätigkeit oder Familienarbeit kombinieren.

Mehr erfahren: Paracelsus Schulen Zürich, Berninastrasse 47a, 8057 Zürich
Telefon 043 960 20 00, www.paracelsus-schulen.ch

Beruf und Familie erfolgreich vereinbaren: Mit einer Ausbildung in Naturheilkunde eröffnen sich für Eltern neue berufliche Perspektiven.

Schicksalspsychologisch orientierte Beratung

Die Weiterbildung in angewandter Schicksalspsychologie vermittelt Ihnen wesentliche Ergänzungen Ihrer Beratungskompetenz. Sie sind in der Lage, psychologische Aspekte wie Triebbedürfnisse, familiäre Vererbung sowie den Einfluss schicksalsprägender Wahlhandlungen zu erkennen und deren Auswirkungen in die Beratungspraxis einzubeziehen.

Ausschnitt aus dem Inhalt: Tiefenpsychologisches Wissen, wesentliche Elemente der Schicksalsanalyse: das familiäre Unbewusste, die Vererbung, Triebsystem und Triebbedürfnisse, der Umgang mit dem familiären psychischen Erbe, Genotropismus, die Stellung des Ichs, Beratungsarbeit.

Lernen: Direktunterricht am Institut, Gruppenarbeit, Textstudium, Rollenspiele, Selbsterfahrung, Supervision
Zielgruppen: Personen in Sozial-, Gesundheits-, Beratungs- und Ausbildungsdiensten
Dauer: 2 Jahre (vier Semester) ca. 50 Halbsamstage
Ausbildungsziel: Kompetenz im Erfassen psychischen Hintergrunds von Problemen
Abschluss; Zertifikat des Instituts als dipl. Schicksalsanalytische Beraterin/Berater
Kosten: Fr. 3200.– (zahlbar in vier Raten)
Kontakt: Alois Altenweger, Studienleiter des Szondi-Instituts, studienleitung@szondi.ch, Website: www.szondi.ch,
Programm: download von www.szondi.ch

Beginn der Ausbildung: Samstag, 13. April 2019
Szondi-Institut, Krähbühlstrasse 30, 8044 Zürich, info@szondi.ch, Tel. 044 252 46 55

INFOABEND
Monatlich

HPS LUZERN

Geh deinen Weg.

Als Pflegefachperson haben Sie prima Voraussetzungen: Schulmedizin haben Sie ja intus, das spart Zeit und Geld. Jetzt Akupunktur, Shiatsu, Cranio, für was auch immer Sie brennen. Dann das eidg. Diplom, Bundesbeiträge, die eigene Praxis. Na?

www.heilpraktikerschule.ch
Heilpraktikerschue Luzern | Tel +41 (0)41 418 20 10 | info@heilpraktikerschule.ch