



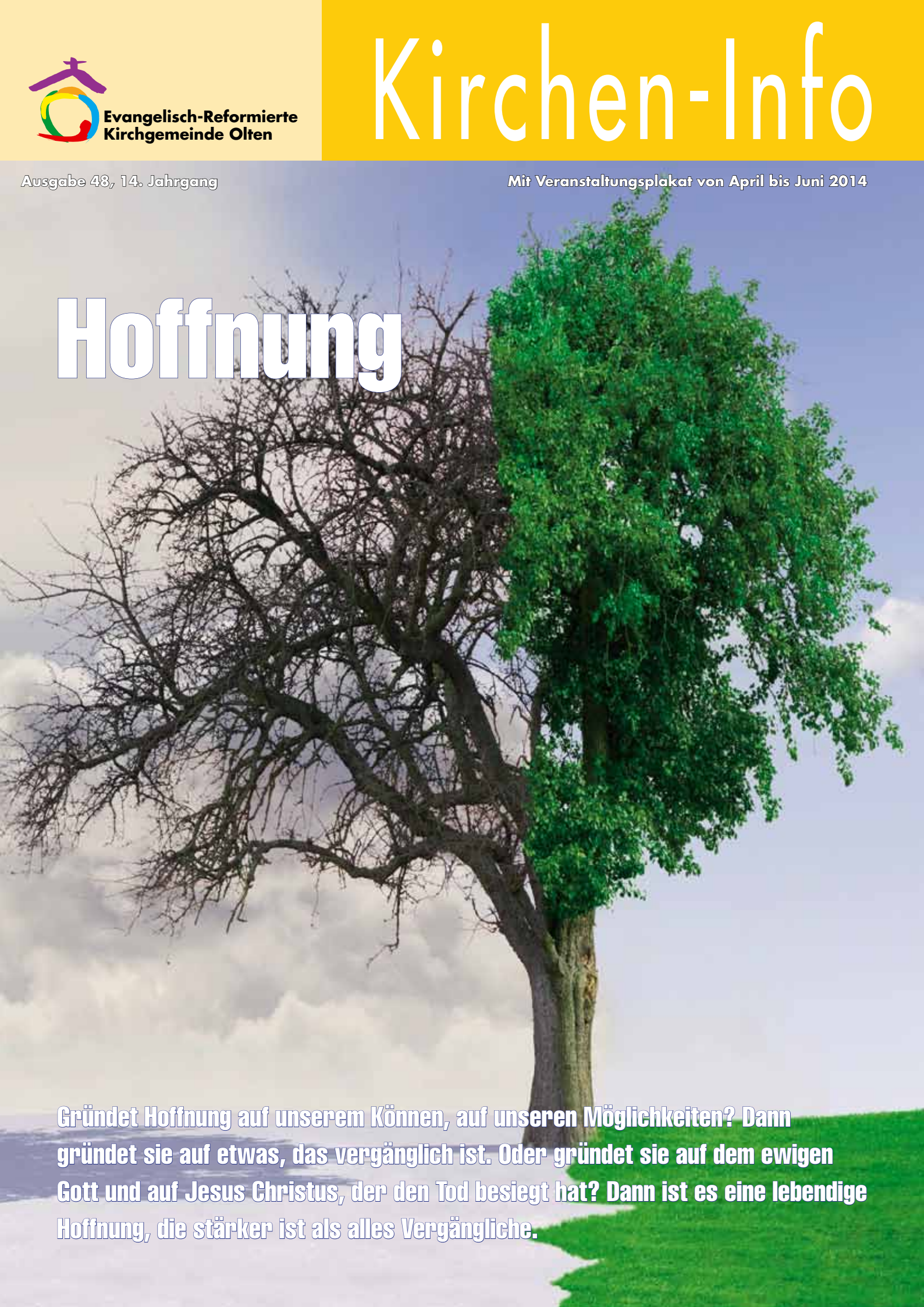
Evangelisch-Reformierte
Kirchgemeinde Olten

Kirchen-Info

Ausgabe 48, 14. Jahrgang

Mit Veranstaltungsplakat von April bis Juni 2014

Hoffnung



Gründet Hoffnung auf unserem Können, auf unseren Möglichkeiten? Dann gründet sie auf etwas, das vergänglich ist. Oder gründet sie auf dem ewigen Gott und auf Jesus Christus, der den Tod besiegt hat? Dann ist es eine lebendige Hoffnung, die stärker ist als alles Vergängliche.

VORWORT

Palliativmedizin aus der Sicht eines Hausarztes



Einen einst gesunden, mir oft seit Jahren bekannten Menschen auf dem Sterbebett anzutreffen, ist auch für mich als Hausarzt nicht einfach. Jetzt

steht er am Ende seines Lebens und braucht nun die Palliativmedizin und die Unterstützung seines Umfeldes.

Was ist Palliativmedizin?

Palliation (Linderung) entstammt dem lateinischen Wort «palliare», übersetzt «mit einem Mantel umhüllen, verbergen». Palliativ-Medizin ist die lindernde Behandlung unheilbar Schwer(st)kranker mit einer begrenzten Lebenserwartung. Das wichtigste Ziel ist dabei die Linderung von Schmerzen, anderen Krankheitsbeschwerden, von psychologischen und spirituellen Problemen. Sie wirkt also nicht gegen die zugrunde liegenden Krankheiten selbst. Das wäre das Ziel der kurativen Medizin. Was sind also die Bedürfnisse eines Patienten? Wie erfüllt man die-

«Palliativ-Medizin ist die lindernde Behandlung unheilbar Kranker mit einer begrenzten Lebenserwartung.»

se möglichst wirksam und schnell? Wie gestaltet sich die Palliativpflege? Wie geht es dabei seinem betreuenden Umfeld, seinen Familienangehörigen? Brauchen auch sie Unterstützung bei den oft riesigen körperlichen, geistigen und menschlichen Anforderungen?

Als Hausarzt stehe ich aber nicht alleine da. Ich kann den Rat von Fachärzten und anderen Fachpersonen einholen. Und das Bewusstsein, dass mir dabei Gott zur Seite steht, ist sehr beruhigend. Er zeigt mir meine Möglichkeiten, aber auch meine klaren Grenzen. Es liegt nicht an uns Menschen, den Zeitpunkt des Todes zu bestimmen!

«Der Herr hat gegeben, der Herr hat genommen; gelobt sei der Name des Herrn!» (Hiob 1,21)

*Dr. Frieder Husi,
Kirchgemeinderat*

Hoffen heisst: handeln, als hoffte man.
Hoffen lernt man dadurch, dass man handelt, als sei Rettung möglich.

Fulbert Steffensky

Hoffen mit Herz, Kopf und Hand

Im Anfang war die Hoffnung. Die Bibel beginnt damit, dass Gott seine Hoffnung auf die Menschen setzt: Er vertraut ihnen die Erde und alle Lebewesen an, um dazu Sorge zu tragen und sie zu bewahren. (Genesis 1).

Das finde ich eine wunderbare, aber auch unerhörte Vorstellung, eigentlich die Umkehrung unserer gängigen Erwartung: Üblicherweise werden wir ja dazu aufgefordert, unsere Hoffnung auf Gott zu setzen. Und doch: Gott übergibt den Menschen sein Werk, seine gute Schöpfung, in der Hoffnung, dass diese bei ihnen in guten Händen sei.

Und die Geschichte der Hoffnungen Gottes und auch der Menschen zieht sich durch die ganze Bibel, teilweise mit enttäuschten, teilweise mit erfüllten Hoffnungen. Und dies durchaus gegenseitig! Es ist ein Ringen, ein Suchen, und manchmal ein Finden. Die Bibel ist ein grosses Hoffnungs-Zeugnis! Ein Höhepunkt ist darin natürlich das Leben Jesu. An ihm können wir die Hoffnungsgeschichte Gottes mit uns Menschen am besten ablesen.

Heute sind nun wir an der Reihe, diese Geschichte der Hoffnung weiter zu erspüren, zu leben, zu denken und zu schreiben, mit unserer ganzen Existenz von Seele, Geist und Körper. Oder eben: zu hoffen mit Herz, Kopf und Hand.

Mit dem Herzen hoffen

Verankert ist unsere Hoffnung im «Gott der Hoffnung», wie es der Reformator Martin Luther in seiner Bibelübersetzung von 1545 geprägt hat: «Der Gott der Hoffnung erfülle euch mit Freude und Friede!» (Römerbrief 15,13)

Gott selber ist also Grundlage und Quelle unserer Hoffnung! Luther beschreibt die Hoffnung gar als Summe der ganzen christlichen Lehre. Hoffnung an sich, als Lebenshaltung – vorerst ohne die Frage: worauf? Vielleicht könnte man sagen: Nicht wir haben Hoffnung, sondern: Wir sind in der Hoffnung drin, so wie wir in Gott geborgen sind wie in einem grossen liebenden Raum. Diese Hoffnung umfängt uns seit wir sind, und sie geht über unser Leben hinaus, so wie, unserem Glauben gemäss, auch das Leben Jesu und seine Botschaft der Liebe weitergeht. Wir sind Teil davon.

In unserem Herzen tragen viele die Hoffnung, dass unser individuelles Leben auch nach unserem Tod weiter geht. Auch das Neue Testament kennt diese Jenseitshoffnung.

Wie solch ein künftiges Leben bei Gott jedoch aussehen könnte, ist unserem Zugriff und unserem Wissen entzogen – diese Tatsache müssen wir in aller Bescheidenheit akzeptieren. Jedoch können wir Gottes Gnade erahnen im Gebet, in der Kontemplation, im Erleben der Liebe. Und die Hoffnung auf eine gute Zukunft bei Gott, der Glaube daran kann uns dazu motivieren, etwas von dem zu leben, was wir erhoffen: Liebe, Freude und Frieden.

Denkend hoffen, oder: Die Unterscheidung zwischen Hoffnung und Vertröstung

Manchmal hat Hoffnung ein schlechtes Image: dann nämlich, wenn sie mit Vertröstung verwechselt wird. Max Frisch hat treffend formuliert: «Es genügte, jene Art von Hoffnung abzuwerfen, die nur Aufschub bedeutet, Ausrede gegenüber jeder Gegenwart, die verfängliche Hoffnung auf das nächste Mal (...): gross wäre das Entsetzen, gross

Zu dieser Ausgabe: «Hoffnung»

Wir Menschen leben nicht nur in der Gegenwart, sondern auch in der Zukunft. Ohne zu planen, etwas zu erwarten, Kommendes im Kopf vorwegzunehmen, könnten wir nicht existieren. Obwohl wir wissen, dass wir die Zukunft nie voll im Griff haben, stellen wir uns ständig auf ihren Boden, auf einen Boden, der noch gar nicht da ist. Hoffnung ist eine optimistische Erwartungshaltung. Es gibt vielerlei, das wir erhoffen: besseres Wetter, den guten Ausgang einer Prüfung, Gesundheit, langes Leben, Liebesglück. Hoffnung hilft uns, die Unwägbarkeiten des Alltags leichter zu ertragen. Sie kann Mut schenken, wo sich Aussichtslosigkeit breit macht.

Worauf gründet sich unsere Hoffnung? Gründet sie auf uns selbst, auf unserem Können, auf unserer Kraft, auf unseren Möglichkeiten? Dann gründet sie auf etwas, das vergänglich und unvollkommen ist. Oder gründet sie auf dem ewigen Gott und auf Jesus Christus, der den Tod besiegt hat? Dann ist es eine lebendige Hoffnung, die stärker ist als alles Vergängliche.

Trudy Hottiger



und wirklich die Verwandlung.» Es geht um die Unterscheidung zwischen Hoffnung und Vertröstung. Die Bibel lädt uns ein zu einem nüchternen Blick auf die Tatsachen: nüchtern genug sein, um Hoffnungen aufzugeben, wenn sie sich als irrig erweisen. Ich denke da etwa an die Akzeptanz unserer Endlichkeit, wie sie uns in den Psalmen entgegenkommt: Da wird geklagt, es wird gelitten unter Schmerzen und Krankheit, aber es wird auch klar: Es gehört zu unserem Menschsein, Grenzen zu akzeptieren, auch wenn sie wehtun. So kann es nötig sein, dass wir zum Beispiel die Hoffnung auf Genesung eines lieben Menschen aufgeben müssen – und erst dann gelingt es uns, den Abschied gut zu gestalten. Manchmal gilt es, Hoffnungen zu verabschieden, damit man frei wird zum Handeln.

Handeln, als hoffte man: Gegen den Luxus der Hoffnungslosigkeit

Es kann sein, dass wir die Versuchung kennen, angesichts von Problemen aufgeben zu wollen und in Hoffnungslosigkeit zu versinken. «Es het doch sowieso ke Sinn, da cha me nüt mache, u iig allei scho gar nid!» Kennen Sie das auch? Das Gefühl mag uns beschleichen, wenn wir Bilder von hungrigen Menschen, von Krieg und Katastrophen sehen.

Die verstorbene Theologin Dorothee Sölle legte dar, dass zum Beispiel Menschen in den Armutsgebieten von Lateinamerika sich diese Haltung gar nicht leisten können, weil dies das Ende ihrer Existenz bedeuten würde. Auch bei uns müsse man „gegen den Luxus der Hoffnungslosigkeit“ ankämpfen, denn Hoffnungslosigkeit oder Resignation sei gewissermassen die grösste Sünde unserer Zeit, weil sie uns einre-

de, wir seien ohnmächtig gegenüber den Herausforderungen unserer Welt. Die Hoffnung braucht nämlich ihre Zwillingsschwester, damit sie gedeihen und blühen kann: das Handeln. Oftmals hoffen wir, «es» komme schon gut – und wenn wir Aussicht auf Erfolg sehen, sind wir allenfalls auch bereit, unseren Teil zu einem guten Ausgang beizutragen.

Aber wirklicher Ausdruck von Hoffen besteht gerade darin, zu handeln, ohne dass man sicher ist, ob etwas gelingt: Man sät, ohne zu wissen, ob nicht alles verdorrt; man erzieht die Kinder, ohne Versicherung, dass sie ihr Leben werden meistern können; wir setzen uns ein für eine gesunde Umwelt, auch wenn uns «keiner garantiert, dass das Leben auf der Erde in absehbarer Zeit nicht kollabiert, auch kein Regenbogen. Hoffen heisst: handeln, als hoffte man. Hoffen lernt man dadurch, dass man handelt, als sei Rettung möglich.» (Fulbert Steffensky, Religionspädagog).

Pfarrerin Katharina Fuhrer

Inhalt

Seiten 2 und 3

- Hoffen mit Herz, Kopf und Hand

Seiten 4 und 5

- Palliative Care Begleitung – ein Projekt unserer Kirchgemeinde

Seiten 5 und 6

- Agenda April bis Juni

Seite 8

- pro pallium

Seite 9

- Literaturhinweis

Seite 10

- Jahreslosung weckt Hoffnung

Seite 11

- Interview Esther Moosberger

Seite 12

- Zeige Flagge • Jugendtag



«Ich war krank, und ihr habt mich besucht...»

Matthäus-Evangelium (Mt. 25,36)

Hoffnung, wenn nichts mehr zu hoffen ist – etwa weil eine unheilbare Krankheit in die Endphase tritt, weil die Kräfte schwinden und sich das Ende des Daseins abzeichnet – dann wollen wir das Gebot der Nächstenliebe ernst nehmen, das uns Jesus ans Herz gelegt hat: „Ich war krank, und ihr habt mich besucht...“

Damit drücken wir unsere christliche Hoffnung aus, dass unser Leben auch über unseren Tod hinaus in Gottes Händen geborgen ist, und wir sind Zeichen der Gegenwart Gottes.

Palliative Care Begleitung – ein Projekt unserer Kirchgemeinde

Die Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Olten hat damit begonnen, ein Team von Freiwilligen aufzubauen, um schwerkranke und sterbende Menschen zu begleiten.

Im Moment steckt unser Projekt noch in den Kinderschuhen – wir hoffen, dass es im Laufe dieses Jahres realisiert werden kann – vielleicht brauchen wir dazu noch gerade Ihre Mitarbeit!

Warum braucht es die Palliative Care Begleitung?

Der schwerkranke oder sterbende Mensch ist in seiner letzten Lebensphase mit besonderen Herausforderungen und Belastungen konfrontiert. Das gilt auch für seine Angehörigen. Es ist ein Zurück- und Vorausschauen, ein Abschiednehmen und Loslassen. Es kann eine Zeit voller Leben mit intensiven Gefühlen sein, mit Ängsten, Trauer, Dankbarkeit.

Die Begleitung von kranken und sterbenden Menschen gehört zum Engagement der Kirche, seit es sie gibt. Sie wird primär von Seelsorgenden aber auch von Freiwilligen wahrgenommen.

Was kann man von dieser Begleitung erwarten?

Die Freiwilligen der Palliative Care Begleitung nehmen die Wünsche und Bedürfnisse der betroffenen Menschen ernst und setzen sich für ihre Würde, Selbstbestimmung und Lebensqualität ein. Sie kennen sich in existenziellen, spirituellen, religiösen und ethischen Fragen aus und bieten Unterstützung in Trauer, Zweifel und Schmerz an. Sie sind getragen von der christlichen Hoffnung, welche Quelle der Kraft ist, und bieten ihre Zeit, ihre persönliche Reife und Lebenserfahrung.

Wer kann dies beanspruchen?

Menschen in einer Palliativ Care-Situation zu Hause oder auch in einem Alters- und Pflegeheim im Raum unserer Gesamtkirchgemeinde Olten. Und ihre Angehörigen!

Wie funktioniert das?

Wenn jemand in einer Palliativ-Situation eine Begleitung und Unterstützung in Anspruch nehmen möchte, nehmen die Betroffenen oder die Angehörigen Kontakt auf mit dem eigenen Pfarramt oder direkt mit der Koordinationsstelle in Aarau, der wir uns organisatorisch anschliessen konnten (Angaben siehe

Kasten). Diese sucht eine ausgebildete Freiwillige in der Region Olten, welche die Begleitung übernehmen kann und vermittelt den Kontakt zu den Betroffenen.

Was kostet das?

Die Palliative Care Begleitung wird von den Freiwilligen unentgeltlich geleistet und ist für die Betroffenen und ihre Angehörigen kostenlos. Die Reformierte Kirchgemeinde Olten trägt alle organisatorischen Aufwendungen und gewährleistet eine supervisorische Betreuung der Freiwilligen.

Was braucht es noch, damit dies starten kann in unserer Kirchgemeinde?

Bereits stehen einige Frauen in unserer Kirchgemeinde für diesen Freiwilligen-Dienst zur Verfügung – ihnen ein herzliches Dankeschön! Wir brauchen jedoch weitere Menschen, die bereit sind, die Ausbildung in Palliative Care Begleitung zu absolvieren, damit dieses Angebot möglich wird. Wenn Sie interessiert sind, melden Sie sich bei Ihrem Pfarramt oder bei Pfarrerin Katharina Fuhrer, Olten, katharina.fuhrer@ref-olten.ch; 062 212 48 84. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktnahme!

Pfarrerin Katharina Fuhrer

Wenn nichts mehr zu machen ist, ist noch viel zu tun: Palliative Care

Palliative Care umfasst die Behandlung und Betreuung von Menschen mit unheilbaren, lebensbedrohlichen und/oder chronisch fortschreitenden Krankheiten. Sie beinhaltet medizinische Behandlungen, pflegerische Interventionen, sowie psychologische, soziale und religiös-spirituelle Unterstützung in der letzten Lebensphase. Palliative Care möchte schwer kranken Menschen den bestmöglichen Umgang mit ihrer Krankheit ermöglichen. Dazu sind Fachpersonen aus allen Fachgebieten nötig, aber auch Angehörige und Freunde. Wünschenswert ist ein möglichst langes Verbleiben der Betroffenen in ihrem normalen Umfeld. Mit einer «Nationalen Strategie Palliative Care» zielen Bund und Kantone darauf, ein flächendeckendes Palliative Care-Angebot zu etablieren und Palliative Care im Gesundheits- und Sozialwesen sowie in Bildung und Forschung zu verankern. Die Evangelisch-Reformierte Landeskirche will einen Beitrag dazu leisten, indem sie sich für die religiös-spirituelle Begleitung von Menschen in einer Palliative-Situation einsetzt.



«Jeder Mensch hat im weitesten Sinne spirituelle Bedürfnisse, bewusst oder unbewusst, vor allem dann, wenn er spürt, dass er dem Tode nahe ist.

Ihn auf dieser Suche zu begleiten, ist nicht nur Aufgabe der Seelsorger, sondern auch all derer, die ihn umgeben. Aber nicht etwa, um ihm ihre eigenen Überzeugungen aufzudrängen, sondern um ihm zu helfen, seine eigene Wahrheit zu finden.»

Zitat aus: «Altern in der Schweiz: Bilanz und Perspektiven/Bericht der Eidg. Kommission», Bern

Aus- und Weiterbildung für Freiwillige

Die Reformierte Landeskirche Aargau konzipierte den Lehrgang in Palliative Care und Begleitung, in dem die Grundlagen, Grundsätze und Grundhaltungen von Palliative Care für Fachpersonen und Freiwillige vertieft werden.

Themenschwerpunkte sind die Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden, die Kommunikation, die Betreuung von Angehörigen, pflegerische Handreichungen, Symptom- und Schmerzmanagement, interdisziplinäre Zusammenarbeit, stationäre und ambulante Hilfsangebote, Psychologie, Glaubensfragen, spirituelle Begleitung, rechtliche Aspekte, Angebote und Grundsätze der Palliative Care, aber auch Supervision, Fallbesprechungen und die eigene Auseinandersetzung mit Gesundheit, Krankheit, Sterben, Tod, Trauer, Ressourcen und Grenzen.

Wenn Sie eine Palliative Care Begleitung benötigen, wenden Sie sich an Ihr Pfarramt oder direkt an die Koordinationsstelle für Palliative Care Begleitungs-Einsätze:

Frau Claire Huwyler, Stritengässli 10, 5001 Aarau, Telefon 062 838 06 55 oder 079 855 06 55.

einsatz@palliative-begleitung.ch

Verwendete Quellen:

- Nationale Leitlinien Palliative Care, November 2010, Bundesamt für Gesundheit
- Homepage der Reformierten Landeskirche Aargau: www.palliative-begleitung.ch
- Ausbildungsbroschüre «Palliative und Spiritual Care: Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen.» Interdisziplinäre Lehrgänge 2014. Reformierte Landeskirche Aargau, Aarau.
- Konzept Palliative Care Begleitung der Reformierten Gesamtkirchgemeinde Olten. September 2013.

Die nächsten Kurs-Angebote:

- Sterbebegleitungskurs „Dasein bis zuletzt“. Kursleitung Karin Klemm und Heiko Rütter, Seelsorgende am Kantonsspital Baden. Umfang: 34 Kursstunden an 7 Tagen zwischen 24. Oktober und 5. Dezember 2014, plus fakultativ 30 Std. begleitete Praxis. Ort: Kantonsspital Baden, Propstei Wislikofen. Infos und Anmeldung : www.propstei.ch

- Lehrgang in Palliative Care „Passage SRK“, angeboten vom Schweizerischen Roten Kreuz. Umfang: 48 Kursstunden an 8 Samstagen zwischen 23. August und 29. November 2014; plus 4 Praktikumseinsätze à 4 Std. Ort: Tagungszentrum SRK, Mühlemattstrasse 40, Aarau. Infos und Anmeldung: www.srk-aargau.ch/stadtort-tageszentrum.

- Basiskurs-Lehrgang in Palliative und Spiritual Care. Veranstalter: Reformierte Landeskirche Aargau. Umfang: 10 Module à 6 Kursstunden zwischen 3. Mai und 13. November 2014, plus 28 Stunden supervisioniertes Praktikum. Ort: Haus der Reformierten, Stritengässli 10, Aarau. Infos und Anmeldung: www.palliative-begleitung.ch

Weitere Informationen und Kursangebote finden Sie unter **www.palliative-begleitung.ch**.

- Als gemeinnützige, eidgenössische Stiftung entlastet, begleitet und vernetzt pro pallium in der ganzen Schweiz Familien mit lebenslimitiert erkrankten Kindern und setzt dafür eigens ausgebildete Freiwillige ein.
- pro pallium berät betroffene Familien in der Schweiz, deren Kinder an einer lebenslimitierenden Krankheit leiden.
- pro pallium unterstützt mit seinem ambulanten Kinderhospizdienst lebenslimitiert erkrankte Kinder und ihre Familien, begleitet sie ab der Diagnose im Leben, im Sterben und über den Tod der Kinder hinaus.
- pro pallium vertritt seit 2005 konsequent die Interessen von lebenslimitiert erkrankten Kindern und ihren Familien und führt seit 2013 regelmässig einen nationalen «Kinder Palliative Care Tag» durch.



Weitere Informationen:
www.pro-pallium.ch

Lebensbedrohlich kranke Kinder begleiten

Unter dem Begriff «Palliative Care» verbinden sich ganz verschiedene Bereiche der Betreuung und Begleitung von lebenslimitierend kranken Menschen. Cornelia Mackuth, Leiterin der Geschäftsstelle von pro pallium und diplomierte Pflegefachfrau BScN, vermeidet bewusst den Begriff «Sterbebegleitung» und spricht von «Lebensbegleitung».

Die Aufgabe der Stiftung pro pallium beginnt mit einer lebenslimitierenden Diagnose bei einem Kind. Wenn sich eine betroffene Familie bei pro pallium meldet, geht es in erster Linie darum herauszufinden, welche Form von Unterstützung notwendig ist. Die Zusammenarbeit der verschiedenen Beteiligten ist dabei enorm wichtig. Die Freiwilligeneinsätze von pro pallium werden durch Pflegefachfrauen koordiniert. Dies erleichtert die Kommunikation in der Zusammenarbeit mit den medizinischen Fachpersonen. Im Bezug auf die Pflege und Begleitung eines kranken Kindes sind jedoch dessen Eltern die Fachleute. Im Kontakt mit ihnen beurteilen die Koordinatorinnen von pro pallium die Situation. Sie unterstützen das kranke Kind und die Eltern mit Informationen über andere Partner im Netzwerk der palliativen Begleitung, mit Fachwissen oder mit der Vermittlung einer oder eines Freiwilligen.

Freiwillige von pro pallium unterstützen betroffene Familien in ihrem herausfordernden Alltag. So kann es vorkom-

men, dass sich die Freiwilligen gar nicht um das kranke Kind kümmern, sondern vielleicht mit dessen Geschwistern spielen, um die Eltern zu entlasten. Oder sie fahren die Mutter regelmässig ins Kinderspital und wieder nach Hause.

Ausgewählte Interessierte werden in einer sechstägigen Basisschulung auf die Einsätze vorbereitet. Die Schulung umfasst folgende Themen: «pro pallium und die Pädiatrische Palliative Care», «Die Familien: Komplexität und Problemstellungen», «Die Freiwilligen: Rolle, Rechte, Pflichten», «Konkrete Einsätze: Begegnung, Kommunikation und Beschäftigung», «Der Tod: Sterben und Bestattung, Krematoriumsbesuch», «Trauer und Verarbeitung bei Kindern und Erwachsenen».

Die Betreuung der Freiwilligen ist Cornelia Mackuth ebenso wichtig, wie die Begleitung der Familien. Einsätze werden mit der Koordinationsleitung vorbereitet und von ihr begleitet. Monatliche Austauschtreffen, Fallbesprechungen und Fortbildungsveranstaltungen gehören mit zum Konzept. Die Freiwilligen von pro pallium begleiten Familien auch über den Tod hinaus. Sie versuchen dabei stets auszuloten, inwiefern die Eltern selbst wieder eine Form finden, um weiterzuleben, oder ob sie dabei

vielleicht auch professionelle Hilfe benötigen.

Um Menschen im Rahmen von Palliative Care begleiten zu können, ist es notwendig, stets auch aufmerksam zu sein und sich zu fragen: «Wo stehe ich selbst

mit den Themen «Leben, Krankheit und Tod?» Nur wer auch gut zu sich selbst schaut, ist in der Lage, andere Menschen in einer Krisensituation zu unterstützen.

Auf die Frage, ob Cornelia Mackuth den Begriff «Hoffnung» irgendwie mit Palliative Care in Verbindung bringen könne, sagt sie: «Hoffnung ist ein zukunftsgerichteter Begriff, im Gegensatz zu Trauer, die eher mit der Vergangenheit zu tun hat.» Eine grosse «Hoffnungs-Ressource»

für Betroffene ist aber der Austausch mit anderen Familien in ähnlich schwierigen Situationen, oftmals auch via Internet.

Ursula Rutschi-Probst

«Nur wer auch gut zu sich selbst schaut, ist in der Lage, andere Menschen in einer Krisensituation zu unterstützen.»

«Im Bezug auf die Pflege und Begleitung eines kranken Kindes sind dessen Eltern die Fachleute.»



Cornelia Mackuth-Wicki.



Hoffen auf die Sonne

Die Gebänderte Prachtlibelle, hier ein junges Männchen, hofft nach einer langen und kalten Nacht auf die wärmende Sonne und auf das Licht. In der Nacht hat sich der Tau auf sie gelegt und sie vollständig durchnässt. Sie ist darauf angewiesen von der Sonne getrocknet und erwärmt zu werden. Erst dann kann sie in die Weite fliegen. Menschen sind manchmal auch beladen von ihren dunklen Lebensphasen. Aber die Hoffnung verheißt uns Christus, das Licht des Lebens. Er befreit uns vom Ballast und zieht uns in seine Welt ohne Begrenzung. Foto: Ulrich Salvisberg



«5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen»

Was zählt am Ende wirklich, auf dem Sterbebett, wenn klar wird, dass das Leben sich dem Ende zuneigt?

Nach vielen Reisen durch die ganze Welt auf der Suche nach dem, was dem Leben Sinn gibt, findet die Australierin Bronnie Ware eine neue Aufgabe. Sie begleitet Sterbende in den letzten Wochen ihres Lebens.

In ihrem Buch erzählt sie von berührenden Gesprächen, die ihr Leben tiefgreifend verändert haben. Die Menschen, die sie trifft, stellen viel zu oft fest, dass sie ihre eigenen Wünsche hinten angestellt und zu viel gearbeitet haben, dass sie sich zu wenig Zeit für Familie und Freunde genommen und – vor allem – sich nicht erlaubt haben, glücklich zu sein. Es sind Erkenntnisse, die in Erinnerung rufen, worauf es wirklich ankommt, wenn wir mit einem Lächeln aus dem Leben treten wollen.

Für sich selbst hat Bronnie Ware nach diesen Erfahrungen entschieden, dass sie nur noch das macht, was sie wirklich will. Ihr ermutigendes Buch hat die Kraft, Veränderungen anzustossen, um wirklich das Leben zu führen, das wir wollen.

Bronnie Ware, Verlag Arkana



«Über das Sterben»

Am Anfang des Buches steht der Gedanke: Geburt und Tod haben viel gemeinsam, beides sind Ereignisse, für die die Natur bestimmte Programme vorgesehen hat. Sie laufen dann am besten ab, wenn sie möglichst wenig gestört werden.

Palliativbetreuung und Sterbebegleitung, wie Borasio sie versteht, sind deshalb viel mehr als medizinische Symptomkontrolle. Vor allem leben sie von der Kommunikation, dem Gespräch zwischen allen Beteiligten, das die

medizinische, psychosoziale und spirituelle Betreuung erst möglich macht. Sachlich informierend und argumentierend, setzt sich Borasio aber auch mit dem schwierigen Thema «Sterbehilfe» und mit Mythos und Realität der Palliativ- und Hospizarbeit auseinander. Ungeschminkt benennt er zudem die schlimmsten Fehler am Lebensende und sagt, wie man sich am besten davor schützt.

Prof. Dr. med. Gian D. Borasio, geb. 1962, ist Inhaber des Stiftungslehrstuhls für Palliativmedizin an der Ludwig-Maximilians-Universität München und gilt als Deutschlands führender Palliativmediziner.

Gian Borasio, Verlag C. H. Beck

Psalm 73,28:

Die Jahreslosung 2014 weckt Hoffnung

«Viel Glück und viel Segen, auf all deinen Wegen. Gesundheit und Wohlstand, sei auch mit dabei.» Dieses gerne gesungene Geburtstagslied gründet auf dem Prinzip Hoffnung.

Sportler wünschen sich nach dem Verlassen der Kabine bevor sie aufs Feld gehen „viel Glück“. Jahrelang habe ich das auch getan und das Wort Glück gerne im Mund geführt. **«Gott nahe zu sein, ist mein Glück»**, so lautet das Losungswort, das die Ökumenische Arbeitsgemeinschaft für Bibellessen für die weltweite Christenheit für das Jahr 2014 ausgegeben hat. Es erscheint mir als ein Wort der Hoffnung. Glück und Gott werden in einem Atemzug genannt. Das finde ich bemerkenswert und hoffnungsvoll.

Glück gehabt, seufzen wir dankbar und erleichtert, nach einem Autounfall mit blossem Blechschaden oder nach der

«Gott nahe zu sein, ist mein Glück.»

So lautet das Losungswort für die weltweite Christenheit für das Jahr 2014.

Diagnose des Arztes, die neue Hoffnung weckt oder nach erfolgreichem Abschluss einer langen und mühsamen Stellensuche. Glück gehabt, sagt auch jemand, der bei der Tombola gewonnen hat. Glück gehabt, stellen wir hoffentlich im Rückblick auf Vergangenes fest.

Was gehört denn für mich, für uns zum Glück? Gehören dazu: Gesundheit, berufliche Zufriedenheit und Erfolg, ein sorgenfreies Leben, liebe Menschen im Umfeld? Brauchen wir dazu Begegnung und Gespräch, Lob und Wertschätzung? Oder auch erfülltes Leben mit Klängen und Farben, mit Tieren und

Pflanzen, in Ehrfurcht vor der Schöpfung, in Frieden und Gerechtigkeit?

Kommt uns auch in den Sinn, was die Jahreslosung anspricht? Glück ist Gott nahe zu sein. An wievielter Stelle kommt das? Was geschieht, wenn Gesundheit und Wohlstand nicht mehr dabei sind?

Dann reden wir von Unglück, von Pech und Misserfolg, auch von Schicksal. Dem Beter des 73. Psalms ging es im Vergleich zu den Menschen in seiner Umgebung hundsmiserabel, grottenschlecht. Deswegen wendet er sich enttäuscht an Gott. Es stimmt ihn wütend, dass er soviel Übles erleben muss. Er reagiert verbittert. Bis er auf einmal entdeckt, was in seinem Leben wirklich zählt, was ihm Halt und Geborgenheit geben kann. So bricht es aus ihm heraus wie ein unter Schmerz geborenes Bekenntnis: Mein Glück aber ist es, Gott nahe zu sein.

Er fährt fort: Nun aber bleibe ich stets an dir, du hältst mich an meiner rechten Hand. Du hältst mich, heisst es. Gott kommt auf mich zu. Er knüpft eine Beziehung zu mir, zart und zäh wie ein Spinnennetz, geschmeidig und stark wie ein Bergseil. Es könnte sich lohnen, die Antenne auszufahren und Gott nahe kommen zu lassen. Darum wünsche ich uns, dass wir hoffnungsvoll sagen können: Dir nahe zu sein, lieber Gott, macht mich glücklich.

Pfarrer Erich Huber

«Etwas in uns hofft auf absolute Freiheit»

Die Raupe des Schwalbenschwanz-Schmetterlings blickt im Ausguck hoffnungsvoll in die Ferne. Kurz darauf verpuppte sie sich, um nach zwei, drei Wochen verwandelt als wunderschöner Schmetterling aus der Begrenzung auszubrechen und in die Weite zu fliegen.

Unsere Existenz hier auf Erden ist manchmal vergleichbar mit der einer Raupe. Aber etwas in uns hofft auf eine absolute Freiheit. Wer Christus vertraut soll wissen, dass nach unserem Sterben, resp. nach unserer Verpuppung, uns Gott in eine neue unbegrenzte Existenz auferstehen lassen kann. Von dieser Hoffnung lebt das Christentum.

Foto: Ulrich Salvisberg

Der Gospelchor Allschwil tritt am 6. April 2014, um 14 Uhr, in der Friedenskirche Olten auf. Die Kollekte ist zugunsten des Elternvereins **intensiv-kids** und der Palliativstiftung **pro pallium**.

Im Anschluss an das Konzert laden die beiden Institutionen zu einem gemütlichen Apéro ein. Bitte lesen Sie über pro pallium auch den Artikel auf Seite 8.

Foto rechts: Der Gospelchor Allschwil



«Wichtig ist, dass man immer richtig abschalten kann»

Esther Moosberger arbeitet als Freiwillige im Pfarrkreis Wangen für den Seniorentreff der Evangelisch-Reformierten Kirche. Seit 11 Jahren ist sie vor allem auch im Alters- und Pflegeheim Marienheim in Wangen tätig und betreut unter anderem sterbende Menschen.

Frau Moosberger, was machen Sie genau?

Meine Tätigkeit als Freiwillige umfasst das Begleiten von Patienten im Allgemeinen und Sterbebegleitung im Pflegeheim im Besonderen. Mit meinem Mann Max zusammen sind wir für ältere Mitmenschen da, organisieren für sie Unterhaltung, Spielnachmittage und Ausflüge. Vor allem will ich ein offenes Ohr für ihre Ängste haben und ihnen Zeit schenken.

Wie sind Sie zu dieser Aufgabe gekommen?

Eine solche Aufgabe war schon immer mein Wunsch. Wahrscheinlich ist es mir durch meine Mutter auch in die Wiege gelegt worden, sich für andere Menschen einzusetzen und Zeit für sie zu haben. Nach der Pensionierung meines Mannes habe ich Herrn Pfarrer Huber gefragt, ob es für mich eine Aufgabe in diesem Bereich in seiner Gemeinde gäbe. Wir haben gemeinsam herausgefunden, wo ich mich einsetzen könnte.

Was genau hat Sie gereizt, eine solch herausfordernde Aufgabe zu übernehmen?

Viele Jahre war ich in der Altenpflege berufstätig und spürte dabei ein Defizit. Ich habe mir deshalb den sehnlichen Wunsch erfüllt, mich sinnvoll zu engagieren.

Machen Sie mehr gute als schlechte Erfahrungen? Kommt etwas zurück?

Ich habe sehr viele positive Erlebnisse gehabt, wenn ich am Krankenbett gesessen bin oder einen Besuch gemacht habe. Ich habe meist grosse Dankbarkeit gespürt, und das hat mir selbst gut getan.

Haben Sie manchmal das Gefühl, es sei zu viel für Sie?

Eigentlich weniger, denn ich habe das Privileg, dass ich meine Arbeit aus eigenem Antrieb und freiwillig tue und so auch einmal eine Auszeit nehmen kann.

Können Sie sich vom Leid auch abgrenzen?

Das kann ich gut. Ich kann abschalten, auch wenn ich Leid gesehen und erlebt habe. Dabei hilft mir ein Spaziergang in der Natur oder der Austausch mit meinem Mann. Ich kann auch in der Kirche beim Gottesdienst oder einer Andacht auftanken.

Was gibt Ihnen Kraft?

Mein Glaube an Jesus Christus. Er ist für mich eine Kraftquelle und auch ein Ort zum Abladen von Sorgen.

Der Glaube spielt also eine Rolle bei Ihrer Arbeit und in Ihrem Leben?

Der barmherzige Samariter in der Bibel ist für mich Vorbild. Ich bin für alle da und mache keine Ausnahme.

Manchmal fliesst bei der Begleitung etwas von meinem Glauben ein; manchmal spreche ich auch etwas an, wenn ich meine, dass ein Rat nötig sein könnte. Das Wichtigste ist, dass meine Gegenüber Vertrauen zu mir haben. So geht hin und wieder eine Tür auf, und es kann zu einem befreienden Gespräch kommen.

Würden Sie bei einer Gruppe in der Kirchgemeinde mitmachen, die den Erfahrungsaustausch über die Betreuung von Patienten pflegt?

Ja, das kann ich mir gut vorstellen. Ich habe bereits Erfahrung gesammelt. Vorher hatte ich etliche Kurse zum Beispiel in Sterbebegleitung beim Roten Kreuz gemacht und später dann auch organisiert vom Marienheim. Ein Austausch mit anderen Freiwilligen würde sich sicher lohnen.

Eine Bemerkung zum Schluss?

Vielleicht ein kleiner Tipp für alle, die sich für das Thema Begleitung von alten oder kranken Menschen interessieren: Wichtig ist, dass man immer richtig abschalten kann. Da muss man sich von Anfang an gut überlegen, wie man das am besten fertigbringt. Und dann würde ich mir wünschen, dass noch mehr Freiwillige mithelfen.

Fragen: Pfarrer Erich Huber



Esther Moosberger.

Organ für die Mitglieder der Evangelisch-Reformierten Kirchgemeinde Olten.

Herausgeber: Evang.-Ref. Kirchgemeinde Olten / Veranstaltungen und Hinweise: www.ref-olten.ch

Erscheinung: 4 x jährlich zum Quartalsende in einer Auflage von rund 7000 Exemplaren

Redaktion, Verwaltung: Evang.-Ref. Kirchgemeinde, Gruppe Öffentlichkeitsarbeit, Jurastrasse 20, 4600 Olten, 062 212 16 26

Gruppe Öffentlichkeitsarbeit: Trudy Hottiger (Leitung, Kirchgemeinderätin), Markus Emch (Beratung/Produktion), Susanne Gysin (Olten), Erich Huber (Wangen), Ursula Rutschi (Trimbach), Ulrich Salvisberg (Hägendorf), Verena Hohl (Dulliken), Waltraud Ellenberger (Dulliken), Susanne Rudin (Sekretariat Zentrale Dienste).

Produktion: agentur meo verlag ag, Wilerweg 86, 4600 Olten, 062 296 16 15

Druck: Dietschi AG, Print & Design, 4600 Olten

Diakonie-Kampagne 2014: Zeige Flagge!

Die Evangelisch-Reformierte Kirche richtet sich am 12. Mai bis Ende Juni 2014 erstmals zeitgleich mit einer Öffentlichkeitskampagne an die Bevölkerung in allen vier Sprachregionen der Schweiz. fondia – Stiftung zur Förderung der Gemeinde-diakonie im Schweizerischen Evangelischen Kirchenbund finanziert diese Kampagne.

Die Kampagne will der breiten Öffentlichkeit mit Plakataktionen und Aktivitäten in den Kirchgemeinden zeigen, wie sie sich im Sozialbereich engagiert. Mit

dem Slogan «Du bist ein Hoffnungstreifen, der ... » will sie zum persönlichen Engagement ermuntern, jenen Mitmenschen zu helfen, die in schwierigen Lebenssituationen stecken und diese allein kaum meistern können. Allein ist im Leben vieles schwer. Gemeinsam wird es leichter.

Nimm dir die Zeit. Du bist der Hoffnungstreifen. Weil du Zuversicht schenkst, Lebensenergie und neuen Mut. Zeige Flagge in deiner Gemeinde, in deiner Nachbarschaft und in deinem Bekanntenkreis. Deine aktive Mitwirkung im Rahmen der Kampagne bringt

die reformierte Kirche und ihre Leistungen für ein paar Wochen stärker in das Bewusstsein vieler Menschen.

Auf gehts. Werde auch du zum Hoffnungstreifen.

Paul Dalcher, Projektleiter

Die Kirchgemeinde Olten beteiligt sich ebenfalls an dieser Kampagne – zum Beispiel mit einem Stand am Trimbacher Dorfmäret im Sommer. Wir freuen uns, wenn auch Sie zu einem Hoffnungstreifen werden.

«Mer xeht sech»: reformiert – jung – vielfältig

Die Jugendarbeit der Evangelisch Reformierten Kirchgemeinde Olten stellt sich vor – mit einem abwechslungsreichen Abend. Sich gegenseitig Kennenlernen steht im Vordergrund.

Am 10. Mai 2014 (von 17– 21 Uhr) präsentiert sich die Jugendarbeit in der Pauluskirche Olten. Unter dem Motto «reformiert, jung und vielfältig» erwartet die Besucherinnen und Besucher ein abwechslungsreiches Programm. Neben Live- Musik, Tanzperformance und gegenseitigem Kennenlernen steht die Präsentation der Angebote unserer verschiedenen Jugendgruppen der Pfarrkreise im Vordergrund.

Es werden verschiedene Infostände mit Kreativangeboten, ein gemütliches Begegnungscafé mit leckerem Essen und Getränken, Spiele und vieles mehr von den einzelnen Gruppen angeboten.

Der Anlass ist auch als Abschluss des

Konfirmandenjahres geplant. Für diese jungen Menschen wird es eine besondere Aktion geben. Auch die Sozialdiakone und die Pfarrerinnen und Pfarrer aus den Pfarrkreisen werden an diesem

Abend für Gespräche anwesend sein. Geniessen Sie mit uns den Abend und schauen Sie doch mal vorbei. Das Team der Jugendarbeit freut sich auf Sie.

SD Andy Wurzer

