

# „mitanondo“ „insieme“



**M**ein Gott,  
lass deine Güt und Gnad  
mich dankbar finden früh und spat,  
gib mir,  
was hier mein Herz erfreut,  
gib mir dort deine Seligkeit!  
Halleluja!

Johanna Olearius

# Vorschau - Rückblick

## Prossimamente - Retrospettiva



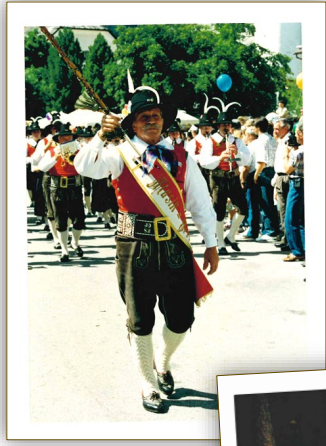
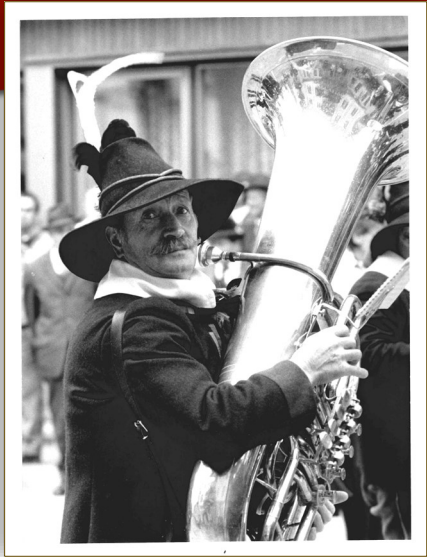
### Vorankündigung - Annuncio

- \* 06.11. 16° Totengedenken für die verstorbenen Heimbewohner bei der heiligen Messe  
*Santa Messa in ricordo dei nostri ospiti defunti*
- \* 11.11. 15° Martinsfeier in den Wohnbereichen  
*Festa di San Martino negli reparti*
- \* 17.11. 10° Lesestunde mit Barbara / *Ora di lettura con Barbara*
- \* 23.11. 15° Café Sonnenschein mit Törggelen



# Erinnerungen unserer Heimbewohner

Ricordi dei nostri ospiti



Andreas Walder



# Sterbebegleitung

## Sterben als Teil des Lebens betrachten

In Würde sterben - das wünschen sich die meisten Menschen, die sich mit dem Tod auseinandersetzen. Doch was bedeutet eigentlich „In Würde Sterben“ - was gehört dazu? Menschen brauchen gerade am Ende ihres irdischen Weges Nähe, Zuspruch und hilfreiche Hände. Das wussten schon frühere Generationen, als noch zu Hause gestorben wurde. "Bleibet hier und wachtet mit mir, wachtet und betet..."

### **Was verstehen wir unter Sterbebegleitung?**

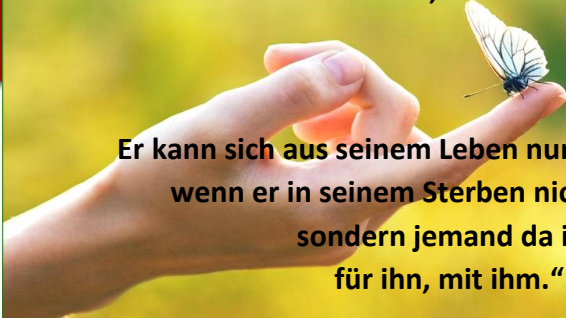
Sterbebegleitung ist zuerst und vor allem eines: zuhören! Mit aufmerksamen Ohren hören, was der andere sagt "zwischen den Zeilen" hören, spüren welche Ängste und Hoffnungen in den Worten mitschwingen. Dieses Gefühl gilt es stehen zulassen und nicht zu bewerten.



Unsere Aufgabe in der Sterbebegleitung wird nicht in erster Linie darin bestehen, am Leid etwas zu ändern, sondern dem Leid standzuhalten. Sterbebegleitung heißt aber auch, miteinander in die Zukunft des Kranken und Sterbenden zu schauen. Der Sterbende soll mit seiner Angst und Hoffnung nicht allein bleiben müssen. Auch dürfen wir als Begleiter ihn nach seinen Wünschen für das Sterben fragen. Vor allem ist es wichtig, den Sterbenden im Mittelpunkt zu sehen. Er gibt an, wie er sterben möchte.

Wenn Sterbende hilflos sind und nicht mehr reden können, ist es wichtig ihre Lebensäußerungen wahrzunehmen. Nur so kann es gelingen Belastungen und Schmerzen für sie zu vermeiden und das Selbstbestimmungsrecht aufrecht zu erhalten. Weil es in der Palliativmedizin nicht mehr um Heilung geht, sondern um Milderung der Symptome wie Übelkeit, Erbrechen, Hautschäden, Inkontinenzprobleme, trockenen Mund, Hunger, Durst, Verstopfung, trockene Augen, Verwirrtheit oder Atemnot.

**„Der Mensch kann nur Mensch werden,  
wenn nach seiner Geburt Menschen da sind,  
für ihn, mit ihm.“**



**Er kann sich aus seinem Leben nur verabschieden,  
wenn er in seinem Sterben nicht allein ist,  
sondern jemand da ist,  
für ihn, mit ihm.“**

Sterbende nehmen häufig noch wahr, was um sie herum gesprochen und getan wird, obwohl sie selbst nicht mehr reagieren können. Dies kann eine Chance aber auch Trost für Angehörige sein, denn es besteht die Möglichkeit, dass der Sterbende sie spüren kann, versteht was man zu ihm sagt.

Zum Schluss tritt die medizinische, fachliche Betreuung in den Hintergrund. Stattdessen kommt es auf die Bedürfnisse des Sterbenden an, ihn zu halten, zu streicheln, mit ihm zu reden oder schweigen, die vom ihm gewünschte Musik spielen, den Geistlichen rufen oder einfach in Ruhe lassen. Es kann aber das Bedürfnis sein, den letzten Schritt allein zu gehen, auch dieser Wunsch sollte akzeptiert werden.

Nach Eintritt des Todes ist es nicht wichtig, gleich aktiv zu werden. Vielen Angehörigen hilft es, die Stille auf sich wirken zu lassen, den geliebten Menschen in Ruhe anzusehen und ihm nachzuspüren.

Während des Sterben stehen die Bedürfnisse des Sterbenden im Mittelpunkt, die Angehörigen sind meist so mit der Pflege beschäftigt, dass sie den Verlust des geliebten Menschen erst nach geraumer Zeit wahrnehmen und langsam lernen müssen, ohne ihn weiterzuleben.

Es gibt keine „richtige“ oder „falsche“ Art zu trauern. Weinen, Schmerz (auch körperlich), Wut, Leere, Schuldgefühle – können dazu gehören. Entsprechend ist es wenig hilfreich, Trauende abzulenken. Wichtig ist es ihre Bedürfnisse wahrzunehmen, Anteilnahme zeigen, ohne aber die vom Trauenden gewünschte Distanz zu überschreiten.

*Waltraud Durnwalder*

# Tag der Senioren

## Ein Gedicht zur Marende

Griaßt enk Gott, des liabn Leit,  
schian – daß des do zommkemm seid.

Heint feiert man im gonzn Lond den Seniorentog,  
deswegn hobn a mir ins gitroffn heint Nummittog.

Mir mochn´ s ins recht gimatlich und fein,  
tian quit marendn, awian sing und luschtig sein.

Der „Tag der Senioren“ erinnert ins dron,  
dass man in die oltn Leit et ginui donkn kann.

Sie hobm viel gileistn und augibaut,  
hom giorbatn und giraggort und afs Landl gschaug.

Sie hobm a schwaris Leben ghobb und viel Noat dozui,  
hobm in Krieg dolebb und oft isch sem gfolll a Bui.

Obo´ s Leben isch weitergong - man hot et long gidenkt -  
und die viele Orbat hot van Kummo ogilenkt.

Viele va die Senioren hobm dechto a Lochn in Gsicht  
und hobm gilearnt: a wenn vieles dobricht

noar muss man dechto weiterlebn,  
af Gott votraudn und olls ihm übergebgn.

Deswegn feiert man heint die oltn Leit  
of do gonzn Welt - weit und breit.

Des seit a Segn mir brauchn enk -  
des oltn Leit seit a bsundos Gschenck.

Barbara Brugger 10.2020



# Grippeinformationen

## Informazioni sull'influenza

### **Grippe- und Pneumokokken Impfungen für unsere Heimbewohner/innen und Mitarbeiter/innen**

Wie in den vergangenen Jahren wird auch für die bevorstehende Herbst-Winter-Saison eine Impfkampagne gegen die Grippeerkrankung durchgeführt, mit dem Ziel eine möglichst hohe Durchimpfungsrate zu erreichen.



Da es für die Kampagne 2020/2021 nicht auszuschließen ist, dass die Grippeviren und Sars-Cov-2 gleichzeitig im Umlauf sind, ist es besonders wichtig auch das Personal der Seniorenwohnheime zu impfen.

Besonders empfohlen wird es den Menschen mit Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes Mellitus, Menschen mit chronischen Erkrankungen, mit Tumorerkrankungen.. und einem höheren Lebensalter.

### **Vaccinazioni antinfluenzali e pneumococciche per i residenti e il personale**

Come negli anni precedenti, per la prossima stagione autunno-inverno verrà effettuata una campagna di vaccinazione contro l'influenza con l'obiettivo di raggiungere il più alto tasso di vaccinazione possibile.

Poiché per la campagna 2020/2021 non si può escludere che i virus dell'influenza e Sars-Cov-2 circoleranno contemporaneamente, è particolarmente importante vaccinare il personale delle case di riposo.

È particolarmente raccomandato per le persone con fattori di rischio come la pressione alta, il sovrappeso, il diabete mellito, le persone con malattie croniche, tumori... e l'età avanzata.



# Wir Gedenken

## Ricordiamo

### Gedenken an unsere verstorbenen Heimbewohner Ricordiamo i nostri ospiti defunti

Am 6.11 findet die heilige Messe statt.  
Leider ist kein Besuch von außerhalb möglich.  
Aber trotzdem gedenken wir unserer verstorbenen Bewohner.

**† 25.07. Anna Stauder**

**† 16.08. Josef Hofer**

**† 30.08. Alois Burgmann**



In der Stille, in Gedanken oder in einem Gebet.

# Keltisches Baumhoroskop

## Oroscopo celtico degli alberi



**24.10. – novembre 11.11.**

**Noce (la Passione)**

Persona affascinante, non chiede niente, molto comprensiva, sa come impressionare la gente, attiva nella lotta per cause sociali, popolare, di temperamento ed amante capriccioso, onesto e compagno tollerante, con un senso della giustizia molto preciso.



Persona eccezionalmente attraente, vivace, impulsiva, esigente, non gli importano le critiche, ambiziosa, intelligente, piena di talenti, gli piace giocare col destino, può essere egoista, molto affidabile e degna di fiducia, a volte il cervello controlla il cuore, ma prende molto seriamente le sue relazioni.

**12.11. – 21.11.**

**Castagno (l'Onestà)**

Persona di bellezza inusuale, non desidera impressionare, con uno sviluppato senso della giustizia. Una persona interessante, diplomatica, tutta via si irrita facilmente e molto sensibile, molte volte per mancanza di sicurezza in sé stesso. A volte agisce con senso di superiorità, si sente incompresa, ha difficoltà trovare il partner giusto.



**22.11. – 01.12.**

**Ciliegio (l'Ambizione)**

# Gedächtnistraining

Train your logical thinking

## Tiere im Mittelpunkt

Setzen Sie in die Mitte ein Tier ein, welches mit dem Wort davor und dahinter Sinn macht.



Silber \_\_\_\_\_ Suppe

Bücher \_\_\_\_\_ Loch

Zug \_\_\_\_\_ Nest

Wäsche \_\_\_\_\_ Feind

Laub \_\_\_\_\_ König

Wild \_\_\_\_\_ Jammer

Eis \_\_\_\_\_ Marke

Schaukel \_\_\_\_\_ Wagen

Rot \_\_\_\_\_ Bau

*Viel Spaß wünscht Karolina*

# Geburtstage im November

## Compleanni nel mese di novembre

### Heimbewohner -

Ospiti della casa

- \* 10.11. Anna Mitteregger



Man hört nicht auf zu lachen,  
wenn man alt wird,  
aber man wird alt,  
wenn man aufhört zu lachen.

### Mitarbeiter - Collaboratori

- \* 10.11. Paul Sulzenbacher
- \* 13.11. Verena Putzer
- \* 14.11. Josefine Holzer
- \* 24.11. Evelyne Beikircher
- \* 25.11. Emma Strobl
- \* 25.11. Miriam Oberhammer
- \* 27.11. Michaela Reinwand

Wir gratulieren!  
Ci congratuliamo!



*Kleiner Schutzengel*