DAS MAGAZIN
DER KREUZSCHWESTERN

ÜBRIGENS, SCHWESTER MAGDALENA...
Schwester Magdalena Walcher über die Chancen im Scheitern und die neue Lebendigkeit bei den Kreuzschwestern. ***Seite 4***

HEUTE UNSERE LEHRER: JAWAD UND AHMAD
Das Flüchtlingsthema hat eine Klasse der LISA-Junior International School sehr beschäftigt. ***Seite 16***

ACHTSAMKEIT MACHT UNS EMPFÄNGLICH
Achtsamkeit ermöglicht Zugang zum Leben, meint Philosoph Christoph Quarch. ***Seite 12***

Eine von uns
SEITE 3

KREUZSCHWESTERN-MITARBEITERIN NICOLE NEUHOLD BESUCHT DIE MENSCHEN IM CLOWNKOSTÜM.

PROVINZOBERIN SR. GABRIELE SCHACHINGER (56)
freut sich immer wieder darüber, in der Gemeinschaft der Kreuzschwestern große Verbundenheit zu spüren.

Werdegang: Seit 2013 leitet sie die Kreuzschwestern Europa Mitte als Provinzoberin, sie lebt und arbeitet im Provinzhaus in Wels. Davor war die ausgebildete Pastoralassistentin und Lehrerin als Provinzassistentin tätig. In den Orden der Kreuzschwestern ist die gebürtige Kirchdorferin (Innviertel/OÖ) wenige Wochen nach ihrer Matura 1981 eingetreten.

EDITORIAL

Alle reden von Werten – aber was genau ist das?

Heute vergeht kaum ein Tag, an dem nicht über Werte diskutiert wird. In der Politik, in Unternehmen, und ja, auch in Ordensgemeinschaften. Warum will alle Welt über Werte reden? Vielleicht, weil vieles in unserer Gesellschaft zu selbstverständlich geworden ist. Und vielleicht, weil Profitorientierung und Besitzstanddenken alle Bereiche des Lebens erfasst haben und selbst vor unseren Kernbereichen Bildung und Gesundheit nicht haltmachen.

Viele Menschen spüren heute, dass etwas verlorengeht. Und sie fragen sich: Wollen wir beim „Schneller, höher, weiter" bleiben, und das um jeden Preis? Oder wollen wir uns jener Frage widmen, die uns als Christen mitgegeben wurde. Nämlich: „Wie kommt mehr Liebe in die Welt?"

Unsere Antwort auf diese Frage haben wir in einem Manifest festgehalten. Es trägt den Titel „Weckruf", weil uns klar ist, dass wir unseren Auftrag und unseren Spirit ins 21. Jahrhundert übersetzen müssen. Um nicht zu einem „stillgelegten Kraftwerk" zu werden, wie es jemand über katholische Orden gesagt hat.

Jetzt haben wir diesen „Weckruf", der für uns Ordensschwestern von großer Bedeutung ist, in ein Angebot für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verpackt: In das „Kreuzschwestern-Curriculum", eine fünfteilige Workshopreihe. In diesem „Curriculum" kann man sich selbst und der Welt begegnen, einen neuen Zugang zur Spiritualität finden und Impulse für Beruf und Berufung bekommen.

Über Werte sollte man nicht nur reden, sondern sie einfach leben. Was lag also näher, als uns gleich selbst daran zu versuchen? Meine Mitschwestern in der Provinzleitung und ich sind selbst ins erste „Curriculum" gestartet. Mein Impuls nach den ersten Modulen: Es lohnt sich, neue Wege zu gehen. Das macht lebendig und weitet den Blick!

Sr. Gabriele Schachinger, Provinzoberin

Das *Leben* in einem Satz

„

Du könntest versuchen, dich ganz ruhig hinzusetzen – falls du es wagst!

ANTHONY DE MELLO
INDISCHER JESUITENPRIESTER UND SPIRITUELLER LEHRER, 1931 BIS 1987

Nicole Neuhold schlüpft gerne in die Rolle der Clownin. Ein Auftritt des amerikanischen Arztes und Clowns Patch Adams war übrigens die Initialzündung für den Start der „Einherz-Clowns" in Graz. www.einherz.at

Eine von uns

Mit dem Lachen das Leben wieder spüren

Nicole Neuhold (29) ist Clownin, genauer gesagt eine der „Einherz-Clowns". Ihr Programm: Fröhlichkeit, die das Herz berührt.

Dass sie einmal mit Kindern und Jugendlichen arbeiten möchte, wusste sie schon immer: Nicole Neuhold, ausgebildete Klinische und Gesundheitspsychologin, gehört seit 2014 zum Team des Pius-Instituts Bruck an der Mur. „Ich arbeite mit SchülerInnen, meist in der Einzelförderung, etwa wenn Kinder mit Ängsten kämpfen oder aggressives Verhalten zeigen", erzählt Neuhold. Auch die Beratung der Mitarbeitenden, Aufgaben der Krisenintervention oder das Leiten einer Entspannungsgruppe gehören zu ihren Aufgaben. „Ich hatte immer schon **Interesse an Menschen,** an ihren Geschichten und Lebenswegen", sagt sie. Das führt auch direkt zu ihrem Engagement bei den Grazer „Einherz Clowns", zu deren Gründungsmitgliedern Neuhold zählt. „Die ‚Einherz-Clowns' in Wien hatten 2010 den weltweit bekannten Arzt und Clown Patch Adams zu Gast. Ich war mit einer Freundin dort und wir waren so beeindruckt, dass wir beschlossen: Das muss es auch in Graz geben!" Die Clowns besuchen Spitäler, Altersheime, Drogenzentren, Flüchtlingsheime und veranstalten Workshops für Menschen aus dem Gesundheitsbereich. Im Mittelpunkt stehen **achtsame Begegnungen,** die den Menschen wahrnehmen und von Liebe getragen sind. „Wir kommen zum Beispiel als Besucher in Altenheime, wir unterhalten uns, singen gemeinsam oder sitzen bei den Menschen und halten ihre Hand, ohne zu reden", schildert Neuhold. Sie erzählt von schönen Begegnungen und davon, wie die Menschen sich freuen und einfach ihren **Spaß mit den Clowns** haben – oder auch zurückhaltend agieren. „Auch das ist in Ordnung. Wir sind geschult, um mit verschiedensten Situationen für beide Seiten gut umgehen zu können." Manche PatientInnen und KlientInnen, die Neuhold im Clownkostüm besucht, spüren mit dem Lachen plötzlich das Leben wieder. „Das ist eine wunderbare Erfahrung. Überhaupt ist das ‚Clownen', mich selbst als Clownin zu erleben, Selbsterfahrung pur."

Fotos: Robert Mayrbach, Lupi Spuma

In dieser Ausgabe

Seite 6
DREI FRAGEN AN…
Claudia Resch und ihre Aufgaben in der Privatklinik der Kreuzschwestern in Graz.

Seite 10
NIKI LERNT ONLINE MIT
Eine Entwicklung der x-tention GmbH ermöglicht kranken Kindern den Schulbesuch.

Seite 11
FLEXIBEL ARBEITEN?
Was es von Unternehmen und Teams für das Gelingen braucht.

Seite 14
MEINE FREUNDIN, DIE STILLE
Sr. Esther Ganhör und ihre Impulse dafür, wie man Stille in den Tag integriert.

Seite 19
SISTER'S LIFE
Ein witzig-weises Gespräch mit Sr. Alojzia Mária Varga über 100 Jahre Menschsein.

Seite 20
KOMPETENZ-VERSTÄRKER
Die „Akademie Wels" hat für fachliche und persönliche Entwicklung vieles zu bieten.

IMPRESSUM

„Das Magazin der Kreuzschwestern Europa Mitte", Medieninhaberin: Kreuzschwestern Europa Mitte GmbH, Stockhofstraße 2, 4020 Linz, Austria, www.kreuzschwestern.eu, vertreten durch Vorstand Mag. Gerhard Posch. Herausgeberin: Provinzoberin Sr. Gabriele Schachinger, Gabelsbergerstraße 19, 4600 Wels. Beratung, redaktionelles Konzept, Redaktion und Produktion: „Welt der Frau" - Corporate Print, www.welt-der-frau.at. Projektleitung: Carola Malzner. Autorinnen dieser Ausgabe: Carola Malzner, Petra Klikovits, Sophia Lang, Susanne Niemeyer. Artdirektion, Layout, Grafik: Markus Pointecker. Titelbild: Lupi Spuma. Druck: PrintOn, Johann Seiberl, 3382 Loosdorf. Auflage: 10.000 Stück

Eintauchen in die Welt der Kreuzschwestern

Es waren einmal viele Kreuzschwestern in der Schule, im Pflegeheim, im Krankenhaus. Heute sind sie das nicht mehr. Damit der Spirit der Schwestern nicht verloren geht, bieten sie jetzt ein „Curriculum“ an. Schwester Magdalena Walcher hat das „Lernprogramm“ mitentwickelt. Und probiert es als eine Art „Vorkosterin“ gerade selbst aus.

„Neue Wege gehen“ heißt das „Curriculum“ der Kreuzschwestern, das in fünf Modulen (zu jeweils zweieinhalb Tagen) einen tiefen Einblick in die Wertewelt des 1856 gegründeten Ordens liefern wird. Die Schwestern selbst haben gerade die „Generalprobe“ gestartet, für interessierte Führungskräfte und MitarbeiterInnen geht es erstmals im März los. Die Ziele? Sind hoch gesteckt. So steht es jedenfalls im Programm:

- Durch eine fundierte Standortbestimmung erfahren Sie neue Perspektiven auf Ihr Leben.
- Sie tauchen in die Wertewelt der Kreuzschwestern ein und erwerben damit unerlässliche Grundlagen für Gestaltung und Führung in Beruf und Gesellschaft.
- Sie erfahren Dankbarkeit und Achtsamkeit als wesentliche Bausteine von Lebensglück und gewinnen so neue Handlungsspielräume.

Das „Curriculum“ stellt in fünf Modulen rund um die Wertehaltung der Kreuzschwestern spannende Fragen. Worum geht´s?
Sr. Magdalena Walcher: Um eine neue Lebendigkeit! Dieser großen Vision können wir nur gemeinsam mit unseren MitarbeiterInnen näherkommen. Im „Curriculum“ gehen wir zum Beispiel der Frage nach, wie man sich begegnet. Oder wie man scheitert und wieder aufsteht. Auch der achtsame Umgang mit den Ressourcen für die eigene Lebens- und Arbeitsqualität ist Thema eines Moduls. Die Bedeutung der Spiritualität in herausfordernden Zeiten diskutieren wir genauso wie „Grenzgängerisches“, also das Verlassen von Komfortzonen für den neuen Weg.

Am ersten Durchgang des „Curriculums“ nehmen Sie ja gerade selbst teil. Wie stehen Sie dazu?
In einer sich rasch verändernden Welt stehen wir ja auch im Orden vor großen Fragen. Ich finde es sehr gut, dass wir an unserer Identität arbeiten, über uns nachdenken und andere einladen, mitzumachen. Das Angebot des „Curriculums“ ist für mich auch ein Innehalten. Ich glaube, wir werden die Qualität unserer Beziehungen beleben, für uns im Orden und mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Ich erwarte mir, dass neue Ideen und Tatkraft zur Umsetzung geweckt werden.

Sie haben das Thema „Scheitern“ erwähnt, ein großes Tabu. Darf ich fragen: Scheitern Sie auch?
Natürlich! In der Ausrichtung nach einem hohen Ideal bin ich selber immer mit Scheitern konfrontiert. Aber ich möchte mich davon nicht entmutigen lassen, sondern solche Erfahrungen als Lernchance nutzen. Ich sehe Scheitern nicht als Niederlage, sondern als Herausforderung für eine neue Entwicklungsstufe. Die wertvollsten Erkenntnisse erwachsen aus der persönlichen Erfahrung, die mitunter schmerzlich ist. ◂

Nachgefragt:

Sr. Magdalena Walcher (62) kommt aus der Steiermark und feierte mit 27 Jahren ihre Erstprofess. Heute ist sie als Provinzassistentin im Provinzhaus in Wels tätig und verantwortet die Regionen Steiermark/Kärnten und Slowenien. Augenblicke der Stille sind ihr wichtig, genauso aber vertrauensvolle Begegnungen. Innere Einkehr findet sie zum Beispiel beim Wandern, wo sie die Schönheit der Natur zu genießen weiß. Auch Bücher sind wichtige Begleiter für sie – vor allem solche, die ihr Verständnis für andere weiten.

„Ich finde es sehr gut, dass wir an unserer Identität arbeiten, über uns nachdenken und andere einladen, mitzumachen.“
Sr. Magdalena Walcher, Provinzassistentin

Foto: Robert Maybach

Kurz + gut

Mahlzeit!

Küchenchef Reinhard Gratzer und sein Team im Antoniusheim der Kreuzschwestern Feldkirchen/Kärnten haben alle Hände voll zu tun: Gekocht wird für Kindergarten, Hort, Kreuzschwestern und BewohnerInnen des Pflegeheims. Ein besonderes Angebot gibt es auch für externe Gäste: einfach am Vormittag anrufen, das günstige Menü bestellen und dann in netter Gesellschaft zu Mittag essen!

Hochrum auf Draht

Eine Gruppe von ÄrztInnen der Wahlarztordinationen der Inneren Medizin in der Privatklinik Hochrum (Tirol) bietet seit kurzem tägliche Rufbereitschaft zwischen 8 und 22 Uhr. Damit ist kompetente Versorgung gesichert.

Gäste aus Syrien

Das Haus Ulrika der Kreuzschwestern in Hall/Tirol wird seit wenigen Wochen von Flüchtlingsmädchen sowie von zwei syrischen Familien bewohnt. Die minderjährigen Mädchen werden auch vom SOS-Kinderdorf unterstützt.

DREI FRAGEN AN CLAUDIA RESCH

Nicht alles Wertvolle kostet Geld

Die „Chefin" der Privatklinik Graz über Erfahrungen, Lösungen und Teamarbeit.

1. Sie sind beruflich weit herumgekommen. Zum Beispiel waren Sie für einen Automatenhersteller weltweit – unter anderem in Las Vegas – tätig. Haben Sie schon einmal daran gedacht, aus Österreich wegzuziehen?

Claudia Resch: Nein – ich bin Südsteirerin mit Leib und Seele. Ich kann mir nicht vorstellen, aus dieser wunderbaren Gegend wegzuziehen, auch wenn ich sehr gerne reise und andere Länder und Kulturen kennenlerne. Österreich ist meine Heimat, hier ist mein privates und berufliches Umfeld. Es ist schön, die Welt zu erkunden, aber aus Österreich wegzugehen, ist für mich nie in Frage gekommen.

2. Sie waren bis 2015 als General Manager im „Kurhaus Bad Gleichenberg" erfolgreich. Was haben Sie davon für Ihren jetzigen Job mitgenommen?

Ich habe für mein ganzes Leben sehr viel mitgenommen. Vor allem aber habe ich zwei Dinge erkannt: Es gibt immer eine Lösung, auch wenn die Lage im ersten Moment aussichtslos erscheint. Und Weiterentwicklung, sowohl persönlich als auch fachlich, ist ein permanenter Prozess, der niemals aufhört. Für mich als Führungskraft ist es wichtig, dass ich immer wieder reflektiere und aus Situationen lerne – was natürlich nicht immer einfach ist.

Claudia Resch ist seit September 2015 Geschäftsführerin der Privatklinik der Kreuzschwestern in Graz. Dabei zählen neben der betriebswirtschaftlichen Führung der Klinik und der Qualitätssicherung die Sicherstellung der bestmöglichen PatientInnenbetreuung und das Zusammenhalten des Teams zu ihren wichtigsten Aufgaben.
www.kreuzschwestern-graz.at

3. Die Sorgen und Ängste der PatientInnen ernst nehmen, ihnen Wertschätzung und Hilfe geben – das braucht Zeit. Geht sich das betriebswirtschaftlich überhaupt aus?

Auf Menschen einzugehen und die Person wertzuschätzen, ist nicht unbedingt eine Frage des Geldes. Es geht darum, gerne mit und für Menschen zu arbeiten und die Unterstützung anderer als Berufung zu sehen. Und da bin ich sehr stolz auf unser Team, denn unsere PatientInnen schätzen gerade diesen herzlichen Umgang und die persönliche Betreuung sehr.

ZAHLEN, DATEN, FAKTEN

Die Schulen und Horte der Kreuzschwestern

	Anzahl PädagogInnen gesamt*:	Anzahl nichtpädagog. MitarbeiterInnen" gesamt*:	Anzahl Schwestern gesamt*:
Linz (OÖ)	193	37	5
Gmunden (OÖ)	51	18	
Steyr (OÖ)	17	2	1
Wels (OÖ)	4	4	
Gemünden (Bayern)	60	11	
Bruck a. d. Mur (Stmk)	27	6	3
Feldkirch (Vbg)	144	20	

*Personen, nicht Vollzeit-Äquivalente

Fotos: Antoniusküche der Kreuzschwestern/Feldkirchen, PK Hochrum, Alexandra Grill, Kreuzschwestern (3), UHS

Geehrt + gefeiert

Schwester auf dem Weg

Sr. Gertraud Johanna Harb (33) legte am 10. September nach zweijährigem Noviziat ihre ersten Gelübde ab. Eltern, Verwandte, StudienkollegInnen und FreundInnen feierten mit Sr. Gertraud Johanna dieses Fest der Erstprofess.

Taffe Front-Frau

Die Union Höherer Schüler in Linz hat seit diesem Schuljahr mit Alice Freudenthaler (16) eine neue Obfrau. Die Schülerin des Gymnasiums der Kreuzschwestern in Linz, die eigene Erfahrung in der SchülerInnenvertretung mitbringt, setzt auf Vernetzung und aktive Hilfe untereinander.

Alle TeilnehmerInnen am „Freiwilligen Sozialen Schuljahr" aus drei Schulen in Gemünden mit ihren Zertifikaten – beim Fotoshooting an der Theodosius-Florentini-Schule.

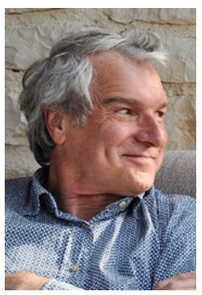
Jung und engagiert

19 SchülerInnen der Theodosius-Florentini-Schule halten seit kurzem ihre Zertifikate für die Teilnahme am „Freiwilligen Sozialen Schuljahr" in Händen.

ICH UND
mein Werk

Variationen über ein Symbol

Die Symbolik des Kreuzes hat Künstler Johanes Zechner zu einer 14-teiligen Werkgruppe inspiriert – die „variations on the cross". Zechner zählt zu den bedeutendsten Vertretern der „Neuen Malerei" in Österreich, ist Mitglied der „Wiener Secession" und erhielt bereits zahlreiche Preise, etwa den „Anton-Faistauer-Preis für Malerei des Landes Salzburg". Auslandsaufenthalte unter anderem in England, Patagonien, Israel und den USA prägen seine Arbeiten. „variations on the cross" und andere Werke sind nun erstmals in der Ausstellung der Linzer Kreuzschwestern-Galerie zu sehen. Darunter auch „Winkte zurück", ein Werk aus einem früheren Bildzyklus, mit dem Zechner das Schaffen der Lyrikerin Friederike Mayröcker würdigt. **Die Ausstellung ist bis 25. November geöffnet,** jeweils Montag bis Freitag zwischen 8 und 17 Uhr, Stockhofstraße 2, 4020 Linz.



Johanes Zechner (62) lebt und arbeitet in Graz und Mieger/Medgorje in Kärnten. Er studierte an der Akademie der Bildenden Künste in Wien und am Royal College of Art London.

NEU GESTARTET

Endlich raus aus der Sucht!

In der „Antabus"-Ambulanz im Klinikum Wels-Grieskirchen sollen es alkoholkranke Menschen schaffen, ihre Abhängigkeit zu besiegen.

Montag bedeutet für Sozialarbeiter Volker Chmel-Gregora und seine KollegInnen einen langen Arbeitstag. Grund dafür sind elf Menschen, die sich dazu entschlossen haben, ihrer langjährigen Alkoholabhängigkeit ein Ende zu setzen. Sie alle sind TeilnehmerInnen der neuen „Antabus"-Ambulanz der psychiatrischen Abteilung am Klinikum Wels-Grieskirchen. Montagabend ist Gruppentreff. Gemeinsam mit PsychologInnen, MusiktherapeutInnen, ÄrztInnen, PhysiotherapeutInnen und SozialarbeiterInnen versuchen sie, einen Weg zurück ins Leben zu finden.

Neu angepasst

Vor einem Jahr gründete Volker Chmel-Gregora gemeinsam mit Primar Elmar Windhager die Ambulanz. Bei der speziellen Therapie werden die PatientInnen nach einem körperlichen Entzug auf das Medikament „Antabus" eingestellt. Dieses soll es ihnen erleichtern, abstinent zu bleiben. Durch den Wirkstoff „Disulfiram" wird der vollständige Alkoholabbau in der Leber gehemmt. Alkohol während der Einnahme würde zu einer Art Selbstvergiftung führen. Übelkeit, Atemnot und schwere Herz-Kreislauf-Entgleisungen wären die Folge. „Dieses Wissen soll davon abhalten, rückfällig zu werden. ‚Antabus' wurde vor vielen Jahren bereits bei Alkoholismus eingesetzt. Wir haben es an die Bedürfnisse unserer PatientInnen und einer modernen Psychiatrie angepasst", sagt Chmel-Gregora.

Ambulante Begleitung

Das Konzept kommt vom Klinikum München-Schwabing. Dort gibt es die „Antabus"-Ambulanz bereits seit 15 Jahren. Zwei Jahre dauert die Behandlung, bei der die PatientInnen auch verpflichtende ambulante Einzeltermine und Gruppentreffen besuchen. ◄

Nähere Informationen: DSA Volker Chmel-Gregora, MSc, Psychiatrische Abteilung Wels, Tel.: +43 7242 415 94676

Volker Chmel-Gregora, Sozialarbeiter Klinikum Wels-Grieskirchen

Fotos: beigestellt; shutterstock; Sabine Kneidinger (5)

Eine von uns

JOBS BEI DEN KREUZSCHWESTERN

Ein Tag im Leben von Anda Glibusic

Selbstbestimmtes Wohnen bei den Kreuzschwestern: Wenn die MieterInnen von „Wohnen mit Service" bei den Kreuzschwestern in Linz Unterstützung im Alltag benötigen, beauftragen sie Frau Anda Glibusic und diese ist sofort zur Stelle. Wir haben sie begleitet.

8.00 Uhr

Ihren Arbeitstag startet Anda Glibusic am Empfang. Gemeinsam mit ihrer Kollegin Zdenka Jakic ist sie für die MieterInnen erreichbar.

9.00 Uhr

Jede Woche flattert ein neuer Speiseplan ins Haus. Die BewohnerInnen der 18 Wohnungen haben nämlich die Möglichkeit, alleine oder zusammen mit der Familie im benachbarten Altenheim Wohnen & Pflege Rudigier zu Mittag zu essen. Anda Glibusic verteilt die Speisepläne, kümmert sich um die Bestellungen sowie die An- und Abmeldungen.

9.30 Uhr

Arzttermine, Krankenhausbesuche. Wünschen sich die MieterInnen Begleitung, etwa bei Behördengängen oder Arztterminen, kommt Anda Glibusic mit! Das Dienstauto macht's möglich, dass sie die SeniorInnen nach Vereinbarung chauffieren kann.

10.30 Uhr

Wenn das Einkaufen alleine zu beschwerlich ist, begleitet Anda Glibusic die SeniorInnen. Wichtige Erledigungen übernimmt sie auf Wunsch auch alleine.

11.00 Uhr

Der Gang zur Apotheke ist eine zentrale Aufgabe von Glibusic. Bei Gunda Gittler, der Leiterin der Apotheke der Barmherzigen Brüder, holt sie täglich die bestellten Medikamente ab.

Kontakt und Informationen: Sabine Puritscher, Leitung Wohnen mit Service der Kreuzschwestern, Stockhofstraße 2, 4020 Linz
Tel. +43 732 66 48 71, E-Mail: sabine.puritscher@linz.kreuzschwestern.at

Kreuzschwestern Europa Mitte

VOLLTREFFER

Niki lernt online mit

Wenn Kinder schwer erkranken, können sie die Schule nicht mehr besuchen, die sozialen Kontakte brechen schlagartig ab. Neue virtuelle Möglichkeiten schaffen Abhilfe und machen den direkten Kontakt zu den MitschülerInnen wieder möglich.

Hallo Niki“, grüßen die SchülerInnen der Neuen Mittelschule in der Neubaugasse in Wien Neubau aufgeregt und winken dem Monitor, der in der Mitte der Klasse platziert ist, zu. Darauf zu sehen ist ihr Kamerad Niki. Der Zwölfjährige ist an Leukämie erkrankt. Seit einem dreiviertel Jahr hat er seine SchulfreundInnen und LehrerInnen nicht mehr gesehen. Per Videoschaltung sieht der Bub sie nun zum ersten Mal.

„Der Kontakt zu Freunden trägt viel zur Genesung bei.“

Gerhard Geiger, x-tention GmbH

Pilotprojekt erhält sozialen Kontakt

Sind Kinder an Krebs erkrankt, können sie plötzlich die Schule nicht mehr besuchen. Krankenhausaufenthalte und ein hohes Infektionsrisiko sind Gründe dafür. Von einem Tag auf den anderen werden sie aus ihrem gewohnten Alltag herausgerissen. Im Wiener St. Anna Kinderspital unterrichten LehrerInnen die jungen PatientInnen, damit sie vom Lernstoff nicht zu viel verpassen. Was dabei aber fehlt, ist ein ganz wichtiger Aspekt: der soziale Kontakt zu den FreundInnen. Deshalb haben das Technologieunternehmen Cisco Austria und die IT-Firma x-tention – an letzterer sind die Kreuzschwestern Europa Mitte zu 45 Prozent beteiligt – ein Projekt entwickelt. Das „virtuelle Klassenzimmer“ soll es den erkrankten Kindern möglich machen, aus der Ferne im Unterricht aktiv mit dabei zu sein. „Der Kontakt zu Freunden trägt einen sehr wichtigen Teil zur Genesung bei. Deshalb ist das Hauptziel des Pilotprojektes, dem kranken Kind das Gefühl zu vermitteln, weiterhin Teil der Klassengemeinschaft zu sein“, sagt Gerhard Geiger von der x-tention GmbH.

„Treffen“ mittels Videoverbindung

Der im Klassenzimmer platzierte Fernsehmonitor wird mit dem Notebook des fehlenden Kindes verbunden. Durch die Bildaufnahmegeräte, welche am Notebook und am Monitor montiert sind, sehen sich Niki und seine FreundInnen. Die steuerbare Kamera vermittelt Niki das Gefühl, in der Klasse zu sitzen – für ihn und seine KameradInnen ein sehr bewegendes Ereignis. „Die Freudentränen beim ersten ‚Treffen‘ zeigten, wie wichtig die Normalität für kranke Kinder ist“, sagt Geiger. ◄

SchülerIn gesucht!

Auch die Stadt Wien ist vom „virtuellen Klassenzimmer“ begeistert. Deshalb finanziert die Magistratsabteilung 56 das Pilotprojekt für das aktuelle Schuljahr. Gemeinsam mit dem St. Anna Kinderspital wird nun aktiv nach einem neuen Schüler oder einer Schülerin gesucht, der oder die den Videoservice in Anspruch nehmen möchte. Ziel ist es, das Projekt auch in anderen Bundesländern zu etablieren.
Infos: Gerhard Geiger
Tel.: +43 664 80009 6083

Fotos: Martin Votava/Stadtschulrat Wien, Alexandra Grill, Robert Maybach, Klinikum Wels-Grieskirchen, privat

WAS UNS *beschäftigt*

Flexibel arbeiten – ja, wo gibt’s denn so etwas?

Gerhard Posch
Vorstand Kreuzschwestern Europa Mitte

Rollenbilder überdenken

Flexiblen Arbeitszeiten stehe ich sehr aufgeschlossen gegenüber. Sie schaffen die Möglichkeit, Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen, für Frauen ist das im Sinne von Chancengleichheit besonders wichtig. Flexible Modelle wirken positiv: MitarbeiterInnen erfahren so, dass auf ihre Bedürfnisse eingegangen wird. Das stärkt auch die Bindung ans Unternehmen und erhöht die Motivation im Job. Auf Unternehmensseite braucht es gute Planung. Wichtig finde ich, dass Führungskräfte dafür sensibilisiert und geschult sind. Unserer Erfahrung nach sind auch Transparenz und Information für beide Seiten wesentlich – es muss klare Regeln geben. Schade ist, dass Väterkarenz hierzulande noch nicht der große „Renner“ ist. Wir haben die Bedeutung dieses Modells noch nicht schätzen gelernt, so wie die Schweden es zum Beispiel tun. Dort ist Karenz ein positiver Aspekt im männlichen Lebenslauf. Also sollten auch wir Führungskräfte unser Verhalten dahingehend verändern. Ob ich mir vorstellen kann, als Vater in Karenz zu gehen? Wäre ich ein junger Familienvater, wäre das heute für mich eine Bereicherung. Aber zu „meiner Zeit“ wäre das undenkbar gewesen.

Julia Stierberger
Leiterin Personalmanagement Klinikum Wels-Grieskirchen

Wir unterstützen das

Flexible Arbeitszeiten sind bei uns üblich – es kommt bei individuellen Lösungen nur darauf an, wie sich das praktikabel umsetzen lässt. Grundsätzlich wollen wir Mitarbeitenden weitgehend entgegenkommen. Das funktioniert bei uns auch deshalb gut, weil die Teams sehr kooperativ sind. Im letzten Jahr haben wir uns dem Audit „Beruf und Familie“ für Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen gestellt, seither gehen wir noch bewusster mit dem Thema um und haben eine Informations- und Mediationsstelle dafür installiert. Flexible Arbeitszeiten sind immer öfter für Männer interessant – unter anderem für mehr Familienzeit. Und wir haben viele Karenzväter im Klinikum. Unseren ersten Karenzpapa hatten wir schon 2002, in Summe waren es bisher 82. Ich finde es jedenfalls begrüßenswert, wenn Väter in Karenz gehen – auch aus eigener Erfahrung: Mein Mann war nach der Geburt unseres zweiten Kindes länger in Karenz als ich. Dieser Rollenwechsel war und ist eine Bereicherung für uns alle.

Christian Kirchweger
Stv. Pflegedienstleitung Akutgeriatrie und Remobilisation, Krankenhaus Sierning

Die beste Entscheidung

Ich bin Vater zweier Kinder, Marlies ist heute acht Jahre alt, Jakob ist sechs. Als Jakob zweieinhalb Jahre alt war, ist meine Frau wieder voll ins Berufsleben eingestiegen – und ich habe damals von Oktober 2012 bis März 2013 meine Wochenarbeitszeit auf 10 Stunden reduziert. Das war die beste Entscheidung, die ich je getroffen habe! Ich habe diese wichtige Zeit mit meinen Kindern sehr genossen. Und ich habe erlebt, wie viel es täglich mit den Kindern zu tun gibt und wie anstrengend das sein kann. Unsere damalige Pflegedienstleitung hat mein Anliegen zunächst zögerlich aufgenommen. Aber letztendlich hat es geklappt mit der Arbeitszeitreduktion! Natürlich ist es für das Unternehmen, für das betroffene Team, eine Herausforderung. Ich bin sehr dankbar, dass ich die Möglichkeit bekam und mich auch meine KollegInnen so großartig unterstützt haben. Ich kann Vätern nur raten: Traut euch! Dass Mann und Frau sich Arbeit und Kindererziehung aufteilen, finde ich wichtig, damit beide gleiche Chancen haben. Ich bin froh, dass ich keine Sorge um meinen Arbeitsplatz haben musste – ich habe später wieder auf 40 Wochenstunden aufgestockt.

EINER VON AUSSEN

Achtsamkeit macht uns empfänglich

Achtsamkeit liege im Trend, werde aber oft als Selbstoptimierungsmethode verkauft, sagt der Theologe und Philosoph Christoph Quarch. Mit Spiritualität habe dies nichts mehr zu tun. Deshalb sei die Welt augenblicklich auch so unerträglich flach.

Achtsamkeit also. Ein Feld, das so breit ist wie die Angebotspalette, die dazu feilgeboten wird. Die Literatur quillt über. An jedem Eck gibt es Workshops zum Thema und selbst börsennotierte Konzerne schwärmen davon. Kein Wunder, wird doch der Eindruck vermittelt, dass sich Achtsamkeit flott erlernen lasse – als nutzbringende Selbstoptimierungsmethode, die Stress reduziert und die mentale Fitness verbessert. „So ein Programm ist attraktiv und lässt sich verkaufen. Man muss kein Christ, Moslem oder Buddhist sein. Es reicht scheinbar, dass man sich Gutes tun will“, sagt der deutsche Achtsamkeitsexperte Christoph Quarch und schüttelt den Kopf. Solange Achtsamkeit als „verlängerter Arm der Wellnessbewegung“ zu Markte getragen werde, sei der spirituelle Ursprung verdeckt und der Begriff bloß ein substanzloses Modewort.

Intensive Lebendigkeit

Mir kommt eine Frage in den Sinn, die mir die 14-jährige Tochter einer Freundin neulich stellte. Früher, als sie noch ein Kind war, habe sie alles intensiv erlebt. Sie könne sich an Gerüche, Geräusche und Farben erinnern, als sei es gestern gewesen. Doch je älter sie werde, umso beliebiger würden Erlebnisse und umso blasser ihre Erinnerungen daran. „Warum ist das so?“, wiederhole ich ihre Frage und spiele sie an Quarch weiter. „Liegt es daran, dass das Fräulein jetzt lieber ins Handy blickt als in die Welt hinaus?“
„Das Beispiel Ihrer kleinen Freundin zeigt gut, was Achtsamkeit wirklich ist, nämlich Ausdruck einer grundlegenden Offenheit, die intensive Lebendigkeit ermöglicht. Als Kinder sind wir an dieser Lebendigkeit dran. Doch als Erwachsene geht uns, in Folge unserer Vielbeschäftigung, die Anbindung an das große Ganze oft verloren“, sagt er. Um diese Offenheit wiederzuerlangen, sei die „religio“, die „Rückbindung an die Tiefendimension des Lebens“ entscheidend, aus der wir Sinn generierten. „Es geht darum, mich ansprechen, mich angehen zu lassen von etwas, das umfassender ist als ich in meinem kleinen Ego.“ Achtsamkeit sei der Weg, um mit Gott ins Gespräch zu kommen und empfänglich zu werden für seine Botschaften und die Welt, durch die er wirke.

Anbindung an das Heilige

Den Begriff mit „Konzentration, Präzision oder Fokussierung“ gleichzusetzen, so wie das in der modernen spirituellen Szene oft gelehrt wird, ist demnach völlig falsch. Spüren Sie nur einmal in sich hinein, was besagte Synonyme gefühlsmäßig auslösen. Enge, richtig! Echte Achtsamkeit bewirkt genau das Gegenteil: Sie weitet die Wahrnehmung, öffnet das Blickfeld. „Es reicht, wenn wir mit offenem Herzen durch die Natur spazieren oder mit selbigem einem Gespräch oder Konzert lauschen, um die Anbindung an das Heilige zu erfahren“, betont Quarch. Nicht willentliches Machen sei gefragt, sondern Geschehenlassen. Eine Fähigkeit, die geübt werden müsse.
„Wir alle neigen dazu, vor uns hinzuplappern und nur das zu hören, was wir hören wollen. Wer Zugehörigkeit zum großen Ganzen erfahren möchte, muss Gott lauschen. Das lohnt, denn wer achtsam ist, bekommt mehr vom Leben“, sagt er und meint, dass man auch für die Vergangenheit und seine eigene Geschichte achtsam werden könne. „Wenn Sie merken, dass Sie immer wieder zurückliegenden Begebenheiten oder Beziehungen Gedanken widmen, fragen Sie sich: ‚Was mir damals widerfahren ist – was will es mir sagen?‘“ Die Antwort folge gewiss. ◂

„Achtsamkeit eröffnet uns Gespräche mit Gott. Die unachtsamste Haltung wäre: Geht mich nix an“, sagt Christoph Quarch.

Fotos: plainpicture/Ramesh Amruth, Nomi Baumgartl

Kreuzschwestern Europa Mitte

Schwester Esther Ganhör (70) vom Konvent der Kreuzschwestern St. Angelus in Linz ist erfahrene Begleiterin von Exerzitien und Besinnungstagen. Sie „leistet" sich zweimal am Tag Zeiten der Stille. „Auch wenn die Unruhe nicht weichen mag, bleibe ich dran. Im Nachhinein merke ich oft, dass es mich – auch wenn vielleicht nur in homöopathischen Dosen – achtsamer, klarer und geduldiger macht."

SPIRITUELLES FITNESSCENTER

Meine Freundin, die Stille

Jeden Tag einige stille Minuten nur für mich – und das alltägliche Leben bekommt einen Grund, eine Quelle, neue Farben, neue Möglichkeiten. Die Stille ist für mich zur Freundin und Lehrmeisterin geworden. Sie lässt sich aber nicht wie ein Rezept verordnen. Zuerst braucht es zumindest die Sehnsucht danach – initiiert von der Ahnung, dass die Stille ein Schritt hin zu mehr Lebendigkeit ist. Ohne diese Sehnsucht bleibt das Einhalten einer Stille bloße Methode. Wenn ich also diese Ahnung als Einladung wahrnehme, will sie gehegt werden wie eine geliebte Pflanze.

1 Stille: wann und wo?

Zunächst gilt es, für meine stillen Minuten den geeigneten Ort und seine Gestaltung zu finden – Fantasie und Hausverstand sind dafür gute Begleiter. Dann suche ich noch die geeignete Zeit für die Stille. Der Morgen ist ideal, aber auch die Mitte oder das Ende des Tages sind gut möglich. In jedem Fall parke ich mein Handy und andere „Unterbrecher" derweil an einem sicheren Ort. Falls ich eine Zeit am Morgen vereinbaren kann, lege ich damit einen guten Grundstein für den Tag. Solche „Mikroinseln" des Innehaltens sind dann auch tagsüber leichter zu finden – etwa jedes Mal beim Hochfahren des Computers nicht ungeduldig zu warten, sondern tief ein- und auszuatmen. Auch solche kurzen Momente helfen, achtsam und geistesgegenwärtig zu werden. Und es könnte ja sein, dass Gott es auch genießt, wenn ich ihm auf diese Art und Weise ab und zu zuzwinkere.

2 Atmen: geduldig, ohne Ehrgeiz

Am hilfreichsten hat sich erwiesen, diese Zeit frei von Ehrgeiz und Erwartungen zu beginnen: sie Gott zu übergeben, so wie sie sein wird, vielleicht durchpflügt von vielen Gedanken oder abgleitend ins bloße Dahindösen. Trotzdem oder gerade deswegen mit einem schlichten Gebet der Übergabe, einer Verneigung, den Anfang setzen. Den Körper einladen, ganz da zu sein, ihn spüren, wahrnehmen und sich niederlassen. Das „Kino im Kopf" wird vermutlich sogleich beginnen. Dennoch da zu bleiben und immer wieder zurückzukehren zu seinem Herzen, ist ein liebevolles Geschenk an sich selbst. Ein guter Freund ist der Atem, der zu einer aufrechten Haltung und Geduld verhilft. Es tut gut, die Stille bewusst zu beenden – mit einem Gebet, mit einer Verneigung.

3 Der Effekt: in der Tiefe

Die Verbesserungen zeigen sich fast unmerklich, sie sind nicht zu messen, vor allem nicht im Sinn einer immer spürbareren Höherentwicklung. Es ist vielmehr ein Auftanken, es ist eine Stärkung der Selbstliebe, einer Gelassenheit, die die Reizschwelle des Ärgers und „Ausflippens" erhöht. Da ich achtsam mit mir umgehe, wächst in mir die Achtsamkeit für die Menschen, mit denen ich zu tun habe, für alle Lebewesen und die Dinge. Die Stille – als ein Weg der Begegnung mit mir selbst – schafft eine Vertiefung, eine Klärung der Beziehungen. Und sie schafft auch den Raum dafür, Gott als das zu erkennen, was an Fülle schon in einem ist. ◂

Fotos: Kreuzschwestern Hall i.T., Alexandra Gril

IM AUGENBLICK

Der Wurm im Apfel des Glücks

Manche Menschen wollen einem alles madig machen. Vermutlich sind sie neidisch.

RunterzieherInnen schaffen es, eine Hundertprozentlaune auf null zu minimieren. In nur zehn Sekunden. Den Geübten reicht ein einziger Satz. Stell dir vor, du hast diese neuen Sandalen mit roten Riemchen und flachem Absatz. Du freust dich wie eine Königin, weil es normalerweise in Größe 36 nur großmutterpassable Modelle gibt, zeigst sie strahlend und erntest einen gelangweilten Blick: „Ja schön, die haben ja jetzt alle." Bäng – vorbei ist das Hochgefühl, vorüber die Freude. Die Botschaft ist klar: Du hast in Nullachtfünfzehn-Schuhe investiert und es nicht mal gemerkt. Armes Hascherl. Nun sind Schuhe nicht das Zentrum des Glücks. Aber darum geht es auch nicht. Es geht um die Unfähigkeit, sich mitzufreuen. Oder ist es Unwilligkeit? Für RunterzieherInnen spielt es keine Rolle, ob der Anlass einer Begeisterung klein oder groß ist. „Ach, ein drittes Kind bekommt ihr? Na, hoffentlich schafft ihr das..." Sie tragen ihre Bedenken vor sich her wie einen Sack Pflanzengift. Klar wollen sie nur das Beste. Sie meinen es gut. Sie denken mit. Jedenfalls ist es das, was sie empört oder gekränkt entgegnen würden, wenn man sie auf ihre fehlende Freude ansprechen würde. Und vielleicht glauben sie das sogar. Aber es stimmt nicht. In Wahrheit wollen sie nicht gestört werden. Ihr Leben soll bleiben, wie es ist. Und wenn es nicht schön ist, dann sollen es die anderen bitte auch nicht schöner haben. Gemeinsam jammert es sich einfach besser. Ihre Bedenken sind tatsächlich *ihre* Bedenken. Sie sind es, die es sich nicht erlauben, modische Schuhe zu tragen. Sie selbst haben Angst vor einem dritten Kind (oder sind unzufrieden mit dem eigenen). Sie sind es, die sich etwas wünschen, ohne es sich einzugestehen. Das macht es so schwierig. Mag sein, dass sie manchmal einfach neidisch sind. Vor allem aber mögen sie es nicht, wenn ein anderes Licht ihre dunklen Ecken offenbart. Die unerfüllten Sehnsüchte, die Verletzungen, die Unsicherheit. Dann müssten sie nämlich selber handeln. Davor haben sie Angst. Weil es schiefgehen könnte. Weil sie scheitern könnten. Oder auch einfach nur, weil es fürchterlich anstrengend wäre. Deshalb machen sie lieber madig, was anderen schmeckt. Sie sind der Wurm im Apfel unseres Glücks. So schön, wie sie es nicht haben, soll es keiner haben. Man kann da nichts machen. Jeder Versuch zu erklären, sich zu rechtfertigen, ist zwecklos. Man redet gegen eine Wand. Sie haben sich eingesperrt in ihr mittelgutes Leben und wollen gar nicht befreit werden. Sie wollen, dass man ihnen Gesellschaft leistet. Wenn man selbst in einem Käfig sitzt, will man die anderen nicht vorm Gitter tanzen sehen. Da hilft nur eins: die Füße in die Hand nehmen und das Weite suchen. Die Freiheit der Möglichkeiten einatmen. Zum Horizont blicken und wissen: Da geht was.
Jesus fragte den Gelähmten wohlweislich: „Willst du (überhaupt) gesund werden?" Zum Glück kann man niemanden zwingen. Aber das eigene lasst uns hegen. ◂

Die Autorin
Susanne Niemeyer lebt in Hamburg. Sie schreibt Essays und Reportagen, Kurzformen und Lyrik – über Gott und die Welt. Auf ihrer Webseite www.freudenwort.de gibt es einen „Engelimbiss": jede Woche ein Wort aus der Bibel, für unterwegs, zum Mitnehmen und Wohlschmecken.

So geht's:

„Lass die Nörgler nörgeln, lass die Schwarzseher schwarzsehen. Lass uns ein bisschen glücklich sein auf die allereinfachste Art."
Phil Bosmans

Jawad (links) und Ahmad sind ohne ihre Eltern aus Afghanistan geflohen. Mit einer Klasse der LISA-Junior International School haben sie über ihre Flucht gesprochen. Mittlerweile haben die beiden ihre österreichischen FreundInnen schon zum gemeinsamen Kochen eingeladen.

Die Mädchen und Buben befassten sich sechs Wochen lang mit dem Flüchtlingsthema. Recherchiert wurde auch über vergangene Konflikte, wie etwa den Libanonkrieg im Jahr 1982.

„Es ist Krieg und du musst dein Land verlassen. Was nimmst du mit?“ Diese Frage hat die SchülerInnen sehr beschäftigt. Die einen packten persönliche Dinge ein, die anderen eher praktische.

„Die Kinder stellten viele Fragen und fühlten mit Ahmad und Jawad mit.“

Christopher Lyke,
LISA-Junior International School

„Wir wollten den SchülerInnen die Ängste vor dem Fremden nehmen.“

Gabriele Untersperger, Direktorin
LISA-Junior International School

SKIZZEN AUS DEM LEBEN

Heute unsere Lehrer: Jawad und Ahmad

Sechs Wochen lang beschäftigte sich eine Schulklasse der LISA-Junior International School des Schulvereins der Kreuzschwestern in Linz mit der aktuellen Flüchtlingsproblematik. Was sie dadurch in erster Linie erfuhren, war Mitgefühl.

Stell dir vor, es ist Krieg und du musst dein Land verlassen. Was nimmst du mit?“ Eine Frage, mit der sich SchülerInnen der fünften Klasse der LISA-Junior International School des Schulvereins der Kreuzschwestern in Linz auseinandersetzten. Gemeinsam mit ihrem Lehrer Christopher Lyke beschäftigten sich die Mädchen und Buben im Alter von zehn bis elf Jahren sechs Wochen lang mit dem aktuellen Flüchtlingsthema und verglichen die Problematik mit Beispielen aus der Vergangenheit. Besuch bekamen sie dabei von zwei afghanischen Jugendlichen. Der 18-jährige Jawad und der 16-jährige Ahmad kamen ohne ihre Eltern nach Österreich und leben nun in einer Wohngruppe der Diakonie Linz.

Riskante Flucht

Bei ihrem Besuch erzählten die beiden von ihrem Leben in Afghanistan und der riskanten Flucht nach Österreich. Sehr bewegend war ein Video von Ahmads Mobiltelefon, welches den Jugendlichen festgeklammert unter einem fahrenden Zug zeigte. Neun Stunden musste er in dieser lebensgefährlichen Situation ausharren. Für die Kinder in Linz kaum vorstellbar. „Sie stellten sehr viele Fragen und fühlten mit Ahmad und Jawad mit. Wir beschäftigten uns daraufhin auch mit Beispielen aus der Vergangenheit“, erzählt Klassenlehrer Christopher Lyke. In Gruppen recherchierten die 14 SchülerInnen über vergangene Konflikte, wie etwa den Libanonkrieg im Jahr 1982. Bei der Aufgabe, jene Sachen einzupacken, die sie im Falle einer Flucht mitnehmen würden, waren die Reaktionen unterschiedlich. Die einen entschieden sich für persönliche Gegenstände, die anderen für praktische. „Ich packte überlebensnotwendige Sachen. Ein Handy würde ich deshalb mitnehmen, damit ich mit meinen Eltern in Kontakt bleiben könnte“, sagt der elfjährige Oscar.

Berührungsängste überwinden

Durch gemeinsame Aktivitäten konnten sich die jungen Afghanen gut mit den SchülerInnen vertraut machen und in die Gemeinschaft integrieren. Auch heute noch kommen Jawad und Ahmad zu Besuch in die Schule und helfen mit, wo sie können. So bereiten sie ab und zu gemeinsam mit den Kindern die gesunde Schuljause zu oder waren auch Unterstützung bei einer Wohltätigkeitsveranstaltung. Um sich bei der Klasse für ihre Herzlichkeit zu bedanken, luden die beiden in ihre Unterkunft ein, wo alle zusammen kochten. „Unser Ziel war es, den Kindern die Berührungsängste vor dem Fremden zu nehmen und Verständnis zu erzeugen. Heute können sie mit ihren Erfahrungen vielleicht als Multiplikatoren fungieren und erzieherisch auf andere wirken, wenn jemand negativ über Flüchtlinge spricht“, sagt Direktorin Gabriele Untersperger. 185 Kinder aus 36 Nationen besuchen derzeit die internationale Schule. Manche haben sogar selber Fluchterfahrung. ◂

www.lisa-junior.at

Fotos: Christopher Lyke, Alexandra Grill

SISTERS ACT

Schwester Lisa trotzt dem Virus

Schwester Lisa (66) aus Indien betreut für die Kreuzschwestern HIV-Kranke in Uganda. Dank ihr schöpfen viele wieder Hoffnung.

Vitaminpräparate sollen das geschwächte Immunsystem von HIV-PatientInnen stärken.

Viele Jahre arbeitete Schwester Lisa in ihrer Heimat Indien. 2004 zog es sie schließlich nach Uganda. Ihre Mission dort: HIV-Infizierte und Aids-Kranke unterstützen, die die Kreuzschwestern seit 1999 vor Ort betreuen. „Der HI-Virus ist seit dem Krieg in den 1970ern in der Region weit verbreitet. Weil Betroffene dank lebensverlängernder Medikamente aber oft halbwegs fit aussehen, nehmen etliche andere die Ansteckungsgefahr nicht mehr ernst und gehen fahrlässig mit ihrer Gesundheit um. HIV ist in den Köpfen der Menschen leider zu einer ganz normalen Krankheit geworden“, sagt Schwester Lisa, die in Uganda alle fünf Betreuungsstationen leitet.

Aufklärungs- und Präventionsarbeit

Kondome verteilt sie nicht – „nicht, weil die Katholische Kirche Verhütungsmittel verbietet, sondern weil ohnehin die Regierung Präservative gratis zur Verfügung stellt“. Heilen kann sie auch niemanden. Und dennoch ist ihr Beitrag ein wertvoller. Mit rund 50 Mitschwestern leistet sie Aufklärungs- und Präventionsarbeit und hilft Betroffenen dabei, nicht zu Ausgestoßenen zu werden, sondern weiterhin am Gemeinschaftsleben teilzunehmen. „In einer Spezialklinik sind 800 bis 900 HIV-Kranke registriert. Jeden Montag werden rund 100 von ÄrztInnen behandelt, um ihr geschwächtes Immunsystem zu stärken. Außerdem kochen wir für sie und zeigen ihnen Wege, wie sie trotz allem ein gutes Leben führen können.“

Unterricht für Mädchen

Schwester Lisa sorgt auch für HIV-Kinder, die bei ihren Großeltern aufwachsen, weil sie Mütter und Väter durch Aids verloren haben. Und sie unterrichtet infizierte Mädchen und Frauen, die schwanger wurden, arm sind oder ihre Schullaufbahn unterbrechen mussten, in Kochen, Stickarbeit und Haushaltsführung. Doch der wohl wichtigste Aspekt ihres Engagements sei die spirituelle Begleitung: „Wir organisieren vertrauensvolle Gespräche mit Priestern und feiern mit den Menschen die Eucharistie. So schöpfen sie Hoffnung und Kraft, weiterzumachen.“ ◂

Wenn Sie eines dieser Projekte unterstützen möchten, freuen wir uns über Spenden an folgende Kontonummer: Kreuzschwestern Europa Mitte, BIC RZOOAT2L, IBAN AT29 3400 0000 0268 4900

Fotos: beigestellt, Kurt Horbst, Sr. Maria Vasko

Warum sich Schwester Lisa ausgerechnet für HIV-PatientInnen starkmacht? „Weil ich junge Menschen nicht sterben sehen kann.“

SISTER'S LIFE

Haben Sie ein Geheimnis,

Schwester Alojzia?

Schwester Alojzia Mária Varga stellt sich unseren Fragen. Ein witzig-weises Gespräch über 100 Jahre Menschsein, ihre Tanzkünste und die beste Offenbarung ihres Lebens.

Herzlichen Glückwunsch zum 100. Geburtstag! Wie fühlt sich das an?
Ich bin Gott sehr dankbar. Dachte nie, dass ich so lange leben werde. Ich wollte eigentlich jung sterben. Doch er hatte andere Pläne mit mir.

Was ist Ihr Lebenselixier, Ihr Jungbrunnen?
Leben aus der Eucharistie.

Im Leinwandklassiker „Titanic“ sagt Hauptdarstellerin Rose als klapprige Greisin: „Das Herz einer Frau ist wie ein Ozean voller Geheimnisse.“ Welches Ihrer Geheimnisse wollen Sie hier lüften?
Was du nicht fragst! Diese sind nichts für fremde Ohren.

Sie sind Ungarin. Wann haben Sie zuletzt Csárdás getanzt und Mulatschak gefeiert?
Csárdás und andere Tänze tanzte ich oft und leidenschaftlich. Ich war immer die Vorzeigepartnerin des Tanzlehrers! Nachher ging ich zum Beten vor den Tabernakel. Ich dachte, es hat Jesus nicht gefallen.

Wann und warum entschieden Sie, ins Kloster zu gehen?
Bevor ich 18 war, kam mir diese Möglichkeit nicht einmal in den Sinn. Doch dann öfter. Während der Beichte fragte ich den Priester: Ist es eine Sünde, wenn meine Mutter mich nicht Nonne sein lässt? Er fragte zurück: Warum? Wollen Sie Nonne werden? In diesem Moment antwortete ich: JA! Nach der Matura trat ich also bei den Kreuzschwestern ein und absolvierte die Ausbildung zur Haupt- und Hochschullehrerin in den Fächern Geschichte sowie deutsche und ungarische Literatur.

Welche Hobbys haben Sie?
Lesen und Puppen mochte ich immer gerne. Ich hatte mindestens zehn und nähte ständig Kleider für sie. Turnen mochte ich nie. Schon im Gymnasium nahm ich nicht am Unterricht teil. Ich hatte oft Appendizitis und war freigestellt.

Was ist die beste Offenbarung Ihres Lebens?
Gott hält mich in seinen Händen.

Gab es Situationen, in denen Sie widerwillig dachten: „Dein Wille geschehe…“?
So etwas hat es in meinem Leben sicher gegeben.

Wie würden Sie einem Atheisten Gott erklären?
Eine gute Frage. Aber wie kann man mit jemandem, der nicht an Gott glaubt, über Gott reden?

Wann tippen Sie, wird es die erste Päpstin geben?
Eine Päpstin wird nie sein. ◂

Zur Person: ***Schwester Alojzia Mária Varga (100)*** wurde am 26.8.1916 in Ungarn geboren. Als in den 1950ern während der kommunistischen Diktatur die Vernichtung der Religionen versucht wurde und Kirchgänge verboten waren, suchte sie einen Weg, um ihren Glauben praktizieren zu können: „Obwohl ich damals ein Angebot als Gymnasiallehrerin bekam, entschied ich mich dafür, bei der Post zu bleiben. Post und Bahn zahlten nicht viel Lohn, aber ich konnte zur Kirche gehen und die Heilige Kommunion empfangen. Ich bekam also, was mir wichtig war.“

LEBENSSCHULE

Die Kompetenz-Verstärker

Menschen zu bewegen, immer wieder neue Wege zu gehen: Das ist Ziel und Auftrag der „Akademie Wels“. Die Bildungseinrichtung der Kreuzschwestern bietet vielfältige Angebote für die fachliche und persönliche Entwicklung.

Die Akademie Wels bietet Inhouse-Angebote und ein offenes Seminar- und Vortragsprogramm rund um soziale und fachliche Kompetenzen. Jährlich finden rund 450 Veranstaltungen statt.

Die Akademie Wels ist – geführt als eigenständiges Unternehmen innerhalb der Kreuzschwestern Europa Mitte – das Paradebeispiel für eine Unternehmensakademie, die nicht nur für die MitarbeiterInnen da ist, sondern auch nach außen kräftige Signale sendet. „Wir unterstützen die Betriebe der Kreuzschwestern dabei, MitarbeiterInnen zu fördern und sprechen alle Kompetenzbereiche an. Unsere Angebote sind aber auch am freien Bildungsmarkt gut positioniert. Wir haben uns hier aufgrund von Qualität und Aktualität der Lerninhalte zur gefragten Ansprechpartnerin für unsere Branche entwickelt“, erklärt Pia M. Hofmann. Sie ist Geschäftsführerin des Bereichs Personalentwicklung der Akademie, im Führungsteam wirken weiters Anton Geiger für den Fachbereich Information und Neue Medien und Josef Thaler für Medizin und Klinische Studien.

„Wir unterstützen die Betriebe der Kreuzschwestern dabei, MitarbeiterInnen zu fördern und sprechen alle Kompetenzbereiche an.“

Pia M. Hofmann,
Geschäftsführerin der Akademie Wels

Die Vielfalt der Themen

Inhouse-Angebote für die Unternehmen und ein offenes Programm bilden den Rahmen für Seminare, Workshops, Coachings und Vorträge rund um persönliche, soziale, methodische und fachliche Kompetenzen. Auch vertiefende Lehrgänge – etwa der Lehrgang „Palliative Care“ oder der „Hospizlehrgang“ – gehören zum Portfolio und vermitteln Fachwissen. „In Kooperation mit der Johannes Kepler Universität Linz haben wir zudem bereits fünf Universitätslehrgänge entwickelt, aktuell läuft zum Beispiel der Lehrgang ‚Clinical Research‘“, erklärt Pia M. Hofmann. Der Vielfalt der Fachthemen entspricht auch das Team der DozentInnen, ReferentInnen und TrainerInnen, die an der Akademie lehren und vortragen. „Von Fachexperten aus den Einrichtungen der Kreuzschwestern bis zu international gefragten ReferentInnen schöpfen wir hier aus dem Vollen. Wichtig sind uns natürlich Fachexpertise, methodische und didaktische Fähigkeiten“, so Hofmann.

Den Markt im Blick

Die Themen, die an der Akademie Wels angeboten werden, ergeben sich aus den Fachbereichen, in denen die Unternehmen der Kreuzschwestern aktiv sind. „Für die inhaltliche Konzeption ist es unsere Aufgabe, die Branche sehr genau zu beobachten, sensibel zu sein für Entwicklungen, die für unsere Unternehmen relevant sind – und hier neue Bildungsangebote zu entwickeln“, schildert Hofmann. Genauso konzipiert das Akademie-Team „Auftragswerke“ aus aktuellen Bedarfen der Unternehmen und greift Anregungen auf, um sie dann in ein zeitgemäßes Seminarformat zu bringen. Die Formate sind ein sehr wichtiges Thema der Akademie – denn zeitgemäße Weiterbildung muss in ebenso zeitgemäßen Formen abgebildet sein. „Als Bildungsanbieter stellen wir uns der Frage, wie wir neues Wissen gut und nachhaltig in die Unternehmen, zu den MitarbeiterInnen transportieren können“, sagt Hofmann. Da spielt zum Beispiel E-Learning eine wichtige Rolle. Die Akademie bietet etwa in den Bereichen Fachkompetenz und Führung E-Learning-Programme an – Ort, Zeit und Dauer des Lernens sind damit selbstbestimmt. E-Learning ist jedenfalls einer der Bereiche mit hohem Entwicklungspotenzial – auch deshalb, weil es an der Akademie dafür mit dem Fachbereich „Information und Neue Medien“ die Expertise direkt im Haus gibt.

Neue Wege

„Wir haben schon vieles auf den Weg gebracht, darauf bin ich wirklich stolz. Dieses Gestalten – zuletzt etwa beim Entwickeln der Inhalte für das ‚Curriculum‘ der Kreuzschwestern – ist ein überaus lustvoller Prozess“, begeistert sich Personalentwicklerin Hofmann für die neuen Wege und die Aufgeschlossenheit dafür in den Unternehmen. Neue Wege bestimmen im Übrigen auch ihre eigene Laufbahn: Die ausgebildete Krankenschwester und Hebamme hat nach einigen Jahren in diesen Berufen ein Krankenhausmanagement-Studium an der Wirtschaftsuniversität Wien absolviert. „Die Verantwortlichen in Wels luden mich 1993 ein, am Aufbau der Pflegedirektion mitzuwirken. Dabei habe ich meine Begeisterung für Personalentwicklung entdeckt, mich entsprechend weitergebildet und schließlich 2002 die Leitung der Akademie Wels übernommen“, schildert Hofmann ihre Entwicklung. „Wenn ich andere anrege, Neues zu lernen, muss das ja schließlich auch für mich gelten“, ist ihre augenzwinkernde Erklärung dafür, warum sie bereits für ihre nächste Ausbildung, und zwar in Organisationsentwicklung, in den Startlöchern steht. „Wer weiß, was noch alles kommt? Ich halte mich da gern an einen Satz des Schriftstellers Martin Walser: ‚Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße.‘“ ◂

Die Akademie Wels

Die „Akademie für Gesundheit und Bildung der Kreuzschwestern GmbH“ hat ihren Sitz in Wels, in der Nachbarschaft des „Klinikums Wels-Grieskirchen“. 2002 gegründet, beschäftigt das Unternehmen heute 18 MitarbeiterInnen in den Kompetenzfeldern Personalentwicklung, Seminar- und Veranstaltungsmanagement, Klinische Studien und Information und Neue Medien. Im Bereich der Personalentwicklung bietet die Akademie Wels Inhouse-Angebote, ein offenes Seminar- und Vortragsprogramm rund um soziale und fachliche Kompetenzen erweitert das Portfolio. Jährlich finden rund 450 Veranstaltungen statt. Für Kreuzschwestern-MitarbeiterInnen stehen die Angebote um 10 Prozent ermäßigt zur Verfügung. Das gesamte Programm finden Sie online unter www.akademiewels.at.

Fotos: Akademie für Gesundheit und Bildung der Kreuzschwestern GmbH

Weiterwachsen

BILDUNGSANGEBOTE DER „KREUZSCHWESTERN“-AKADEMIE WELS

Tipp 1

Interprofessioneller Basis-Lehrgang Palliative Care

Palliative Care, also die Behandlung und Betreuung bei schwerer Erkrankung und am Lebensende, begreift den Menschen als ganzheitliches Wesen mit physischen, psychischen, spirituellen und sozialen Komponenten, die eng miteinander verbunden sind. Jeder Mensch ist einzigartig im Erleben seiner Erkrankung und drückt dies in individuellen Bedürfnissen aus. Jedes Handeln in der Palliative Care bedeutet individuelle zwischenmenschliche Interaktion. Die Qualität der Beziehung zwischen PatientInnen und Betreuenden setzt eine ethisch-moralische Kompetenz voraus. Die Fähigkeit zur Reflexion dieses Handelns oder Nicht-Handelns baut auf theoretischem Wissen, praktischen Fertigkeiten und Erfahrungen auf. Ziel dieser Weiterbildung ist, Wissen aus Medizin und Pflege zu vermitteln sowie Handlungs- und Reflexionsprozesse zu initiieren. Die ReferentInnen in den insgesamt acht Modulen – u. a. Martina Kern, Harald Retschitzegger, Franz Schmatz und Martin Prein – sind praktizierende ExpertInnen des Fachgebiets.

Zielgruppe: *Diplomiertes Pflegepersonal, PflegehelferInnen, ÄrztInnen, SeelsorgerInnen, SozialarbeiterInnen, PsychologInnen, PhysiotherapeutInnen*
Lehrgangsleitung: *Sabine Leithner, Akademische Expertin Palliative Care Akademie für Gesundheit und Bildung, Palliative Care Klinikum Wels-Grieskirchen*
Termine: *Das erste von insgesamt acht Modulen (alle 2017) findet von 19. bis 21.01.2017 statt; jeweils 9 bis 17 Uhr*
Kosten: *2.460,00 Euro; Firmenbonus ab drei TeilnehmerInnen einer Einrichtung je 2.160,00 Euro.*

Martina Kern

Harald Retschitzegger

Martin Prein

Jörg Fuhrmann

Tipp 2

Von Ängsten und anderen Emotionen in der Pflege

Pflege ist mehr als nur Dienstleistung, Pflege bedeutet gelebtes Ich und gelebte Emotion. Daher ist eine persönliche Konfrontation mit sich selbst Grundlage pflegerischen Handelns. Nur wer sich selber spürt und wahrnimmt, kann auch die ihm anvertrauten Menschen spüren, ihre Bedürfnisse, Emotionen und Ängste wahrnehmen und auf sie eingehen. Dieser Vortrag ermöglicht Begegnung mit dem eigenen Lebensbild und möchte zum bewussten Tun und bewussten Nicht-Tun motivieren.

Zielgruppe: *Pflegepersonen*
Referent: *Jörg Fuhrmann, Haus- und Pflegedienstleitung im Seniorenwohnhaus Großarl; Clini Clown-Mitglied des KrisenInterventionsteams des ÖRK*
Termin: *19.01.2017, 19.15 bis 20.45 Uhr*

Seien Sie gespannt auf **die neuen Angebote der Akademie Wels für 2017!** Nach einer intensiven Kreativphase wollen wir Sie noch zielgerichteter in Ihrer persönlichen Entwicklung in Beruf und Leben unterstützen. Mit Alt-Bewährtem und Neu-Gedachtem kommen Sie so Ihrem Ziel Schritt für Schritt näher. Wir begleiten Entwicklung. Gerne.

INFOS UND ANMELDUNG
Alle Workshops und Seminare finden in den Räumen der Akademie Wels statt. Weitere Details zu den Angeboten finden Sie auf www.akademiewels.at. Ihre Ansprechpartnerin ist **Christine Ries, christine.ries@akademiewels.at; Tel.: +43 7242 350 836 6576.** Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Fotos: Grill, shutterstock (2), Friedrich Veraguth

Einer von uns

Lauter Lieblinge

Jede/r von uns hat so ihre/seine Lieblinge – und dieses Mal haben wir Friedrich Veraguth vom Haus Elisabeth in Laxenburg nach seinen Lieblingen gefragt.

LIEBLING 1:
Heimkommen
Da mein Arbeitsplatz mehr als 200 Kilometer von meinem Zuhause entfernt ist, freue ich mich jedes Mal, nach einer Arbeitswoche nach Hause zu kommen. Dann genieße ich die Ruhe mit meiner Gattin Margret, arbeite unterstützend im Haushalt und Garten mit, habe „Opadienst“ oder helfe meinem Sohn auf der Baustelle. Ansonsten besuche ich Freunde und Bekannte, entspanne auf der Terrasse und schaue in die beruhigende Weite der Landschaft.

LIEBLING 2:
Die Natur
Am meisten beeindrucken mich immer wieder die himmlischen Lichtspiele im Zusammenhang mit Wolkenformationen – so wie auf diesem Bild, das ich selbst fotografiert habe. Ich warte im Sommer dann gerne ganz früh, um den Sonnenaufgang zu sehen und abends freue ich mich auf den Untergang.

LIEBLING 3:
Zeit haben
Heutzutage ist der Tenor: „Ich habe keine Zeit“, „Ich kann momentan nicht, weil....“ Meine Einstellung dazu ist: Wir haben Zeit, so viel wir brauchen – wir müssen sie uns nur nehmen! Gerade dieses „Sich-für-andere-Zeit-nehmen“ ist in unserer heutigen Gesellschaft unheimlich wichtig. Dadurch respektieren wir andere Personen und ihre Bedürfnisse. „Die Türe offen lassen, für denjenigen, der mich braucht“ war und ist mein Motto.

LIEBLING 4:
Das Fotografieren
Die abwechslungsreichen Möglichkeiten der Natur mit ihren wunderschönen Pflanzen und Blüten sind unvergessliche Motive, die ich gerne festhalte, genauso wie Licht- und Schattenspiele an und in Gebäuden. In Zukunft möchte ich noch mehr in der Natur unterwegs sein – mit Fotoapparat.

Friedrich Veraguth (64)
ist seit neun Jahren Geschäftsführer des Alten- und Pflegeheims „Haus Elisabeth“ der Kreuzschwestern in Laxenburg. Außerdem ist der Mühlviertler Vertreter der Kreuzschwestern in der Vereinigung der Träger kirchlicher Kindertagesheime in Wien. Ende des Jahres tritt Veraguth seinen wohlverdienten Ruhestand an.

KOMPETENZ

PERSÖNLICHE BERATUNG in Ihrer Nähe

Finanzielle Ziele zu erreichen ist die Basis für die Umsetzung vieler Lebensträume. Daher stehen wir Ihnen mit Fingerspitzengefühl und umfassendem Fachwissen rund um Finanzierung, Vorsorge, Veranlagung und Zahlungsverkehr zur Seite. Flexibel und immer in Ihrer Nähe. Mit über 400 Bankstellen in ganz Oberösterreich und bestens ausgebildeten, erfahrenen Beraterinnen und Beratern. Denn nur regionale Verwurzelung stellt sicher, dass wir tatsächlich Ihre Sprache sprechen.

Unsere Kompetenz ist Ihr Erfolg.

www.rlbooe.at

Raiffeisen Landesbank Oberösterreich