

DAS MAGAZIN

DER KREUZSCHWESTERN

ÜBRIGENS, SCHWESTER FRANCESCA...

Schwester Francesca Fritz über
Nachwuchsarbeit und die Kraft der
Gemeinschaft. **Seite 4**

LIEBER HERR BUNDESPRÄSIDENT!

Alexander Van der Bellen
war zu Besuch in der LISA-Junior
International School. **Seite 10**

EIN NEUER WEG

Das Projekt „My Way“
am Klinikum Wels-Grieskirchen
stärkt die Gesundheitskompetenz
der PatientInnen. **Seite 20**

KREUZSCHWESTERN-MITARBEITERIN MARTINA MISTLBERGER
LERNT IN INDIEN IMMER WIEDER VIEL FÜRS LEBEN.

*Eine
von uns*

SEITE 3



SR. MARTINA MAYR (62)

ist von ihrem Weg als Kreuzschwester zutiefst überzeugt – auch wenn dieser manchmal ganz schön anstrengend ist.

Berufslaufbahn: Sr. Martina Mayr gehört dem Orden der Kreuzschwestern seit 1972 an. Die diplomierte Krankenschwester absolvierte den Hochschullehrgang für leitendes Pflegepersonal, von 1997 bis 2013 war sie Pflegedirektorin im Krankenhaus Sierning. Seit 2013 ist sie Provinzrätin und auch Mitglied im Aufsichtsrat des Klinikums Wels-Grieskirchen.

EDITORIAL

Das Prinzip Augenhöhe

Den Menschen in seiner Ganzheit und Einmaligkeit zu sehen, ist einer unserer wichtigsten Leitgedanken. Wir setzen ihn in unseren Unternehmen täglich tatkräftig um. In der Krankenpflege kommt dem ganz besondere Bedeutung zu. Daher fördern wir die Selbstbestimmung unserer PatientInnen, fordern sie aber auch ein.

Wenn wir Menschen, die sich uns medizinisch anvertrauen, dazu ermutigen, auf dem Weg zur Genesung mitzuhelfen, dann ist das gelebte Kultur der Liebe. Dabei gibt es Rahmenbedingungen, denen wir uns zu stellen haben: Das System Krankenhaus ist von vielen Einflüssen von außen bestimmt und gelenkt. Dazu gehört auch die Tatsache, dass wir wirtschaftlich denken müssen. Beobachtet man die Entwicklung des Gesundheitssystems, merkt man das etwa daran, dass die Aufenthaltsdauer der PatientInnen im Spital kürzer und die Zeit für Gespräche bei der Visite weniger wird. Das ist ein klares Defizit, und damit können wir uns nicht zufriedengeben. Unsere Antwort darauf – und Teil der neuen Wege, die wir gehen – ist „My Way“. Ein vielversprechendes Pilotprojekt dazu läuft im Klinikum Wels-Grieskirchen (siehe auch Seite 20).

Wir ermutigen damit zur Selbstverantwortung auf dem Weg zur Gesundheit. Wenn wir den Menschen mit seinem Wunsch, gesund zu werden, früh als Verbündeten gewinnen, steigen die Chancen auf einen Erfolg der Behandlung. In der Praxis heißt das, gezielter über Diagnose und Behandlung zu sprechen. Wir fordern zum Beispiel dazu auf, konkrete Fragen mit den MedizinerInnen und Pflegekräften zu klären und den Genesungsweg im Rahmen der Möglichkeiten bewusst und aktiv mitzugestalten. So leben wir das Miteinander auf Augenhöhe – eine für beide Seiten überaus lohnende Aufgabe!

Und weil wir gerade drüber reden: Wäre es nicht für viele Lebensfragen eine gute Maxime, den anderen unaufgeregt in seinem Weg zu unterstützen? Bleiben Sie gesund!

Ihre

Sr. Martina Mayr, Provinzrätin

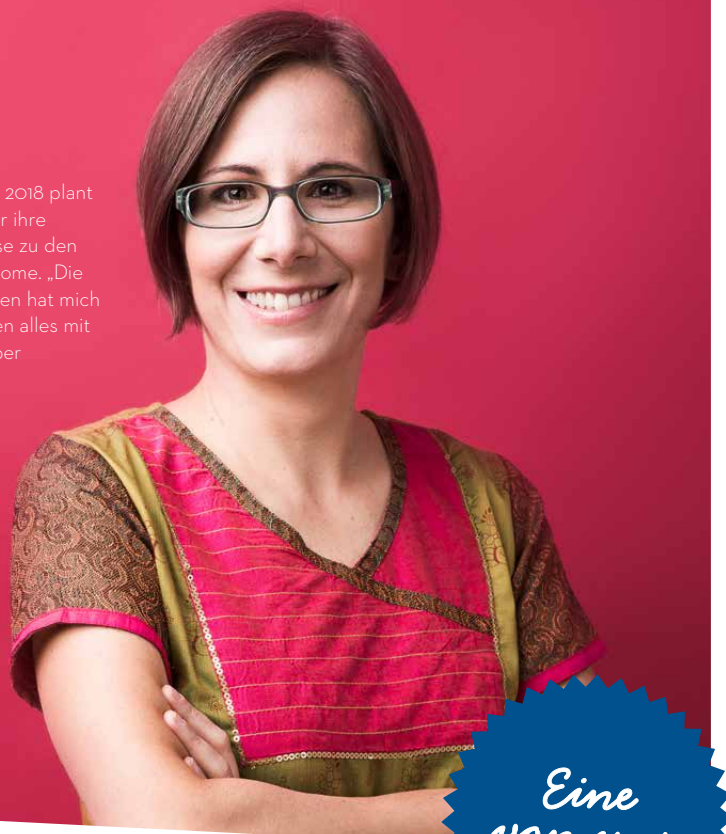
Das **Leben** in einem Satz

”

*Wer etwas will, findet Wege.
Wer etwas nicht will, findet Gründe.*

GÖTZ WERNER
GRÜNDER VON „DM-DROGERIE MARKT“

Für den November 2018 plant Martina Mistlberger ihre nächste Indien-Reise zu den Frauen im Mercy Home. „Die Begegnung mit ihnen hat mich verändert. Sie teilten alles mit mir, obwohl sie selber nichts haben.“



Eine von uns

Indien zieht mich von Herzen an

Seit zehn Jahren ist **Martina Mistlberger (34)** Ergotherapeutin im Krankenhaus Sierning. Aber ihre geheime Liebe lebt sie tausende Kilometer entfernt.

Kindheit prägt. Wie sehr, sieht man an Martina Mistlberger. Als die gebürtige Steirerin mit vier, fünf Jahren im Fernsehen zum ersten Mal eine Inderin im Sari sah, zogen sie der zufriedene Blick der Frau und die Buntheit ihres Gewandes in den Bann. Inzwischen ist aus Martina Mistlberger eine Wahl-Oberösterreicherin und Ergotherapeutin geworden. Im Krankenhaus Sierning unterstützt sie Menschen dabei, wieder handlungsfähiger zu werden. Indien aber hat sie nie vergessen. „Schon sechsmal war ich dort. Immer wieder bin ich **von der Herzlichkeit der Menschen angetan**“, sagt sie und erzählt von ihrem letzten Aufenthalt Anfang des Jahres, der gleich drei Monate dauerte. Die Kreuzschwestern in Sierning hatten ihr die Rutsche zu Schwester Johanna gelegt, die seit 56 Jahren im Kloster der Kreuzschwestern in Bangalore lebt. Und weil sich die beiden bei Mistlbergers Besuch auf Anhieb verstanden, folgte prompt die Einladung, mehrere Wochen im Kloster mitzuleben und zu

arbeiten. „Um mich nützlich zu machen, half ich im Mercy Home, einem Wohnheim für verarmte Frauen, mit. 28 Frauen zwischen 43 und 85 Jahren wohnen dort. Viele kennen ihr genaues Alter nicht, sie sind geistig beeinträchtigt, taub, stumm, blind oder psychisch krank. Sie wurden von ihren Familien verstoßen und lebten auf der Straße. Diejenigen, die noch fit sind, putzen und waschen ihre Wäsche selbst und sind auch beim Palmbesenbinden und bei der Kurkuma- und Tamarinde-Ernte dabei“, so Martina Mistlberger. Die Dankbarkeit der Frauen hat sie nachhaltig berührt: „**Sie leben in Armut und sehen den Reichtum. Wir leben im Überfluss und sehen den Mangel.** Sie sind dankbar für das, was sie haben. Wir beklagen uns über das, was uns fehlt.“ Ob sie überlegt, ins Kloster einzutreten? „Ich bin zwar Single und habe ein Faible für das Alleinsein, aber zu viel Respekt vor all den Geboten und dem Gehorsam. Beten und helfen kann ich an jedem Ort.“

In dieser Ausgabe

Seite 6

DREI FRAGEN AN...

Karin Zeiler-Fidler zu den Besonderheiten der Dienstleistungen in Laxenburg und Wien.

Seite 8

GESPRÄCHSANGEBOTE

Der Umzug in eine Pflegeeinrichtung verunsichert manche Angehörige. Supervision hilft.

Seite 11

WAS BEDEUTET HEIMAT?

Drei Statements aus den verschiedenen Arbeitswelten der Kreuzschwestern.

Seite 12

HARMONIE & GEGENSATZ

Martin Schleske baut Geigen. Beim Handwerken begleiten ihn die Sinnfragen des Lebens.

Seite 16

MEIN NEUES ZUHAUSE

Thomas Oberlehner ist vom Theresiengut in seine erste Wohnung gezogen. Er ist auch dort gut betreut.

Seite 20

SISTER'S LIFE

Schwester Gielia Degonda wollte schon als Kind Künstlerin werden. Sie träumt vom Meer und lässt sich auf Reisen gern inspirieren.

IMPRESSUM

„Das Magazin der Kreuzschwestern Europa Mitte“, Medieninhaber:in: 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, Grafische Gestaltung und Bildbearbeitung: Markus Pointecker, Hedwig Imlinger; Titelbild: Robert Maybach. Druck: PrintOn, Johann Seiberl, 3382 Loosdorf. Auflage: 10.400 Stück

Veränderungen? Wir gehen mit!

Die Provinzrätinnen zeichnen für die Regionen in der Provinz Europa Mitte verantwortlich. Sr. Francesca Fritz kümmert sich um Wien und Niederösterreich, auch für die Schwestern in Ungarn ist sie erste Ansprechpartnerin. Was sie an ihrem Beruf besonders mag? Dass sie in einer Gemeinschaft gut aufgehoben ist und dabei nie aufhört, zu lernen.

Sie leben im Provinzhaus in Wels. Was schätzen Sie an dieser Lebensform?

Ich schätze die Gemeinschaft, denn sie ist wie ein Netz: Eine hält und trägt die andere. Wir Schwestern kommen aus verschiedenen Regionen der Provinz, wir haben verschiedene Interessensgebiete, die einen sind älter, die anderen jünger. Wir lernen viel voneinander. Dieses Aufgehobensein und diesen Austausch möchte ich nicht missen.

Seit 2001 sind Sie Mitglied der Provinzleitung. Wie haben sich die Kreuzschwwestern seither verändert?

Seit 2007 sind wir die Provinz Europa Mitte. Diese Zusammenführung der sechs Provinzen Oberösterreich/Salzburg, Steiermark/Kärnten, Tirol/Vorarlberg, Wien/Niederösterreich, Ungarn, Bayern und des Vikariates Slowenien war eine der größten Veränderungen der letzten Jahre. Parallel dazu haben wir das Älterwerden der Schwestern deutlich erfahren und stellen fest: Wir werden immer weniger. Aber da schauen wir hoffnungsvoll in die Zukunft, weil wir engagierte MitarbeiterInnen haben, die in unseren und für unsere Unternehmungen tätig sind.

Es gibt wenig Nachwuchs bei den Schwestern. Woran liegt das – und wie war das bei Ihnen, als Sie sich für den Orden entschieden haben?

In mir war da diese innere Gewissheit. Schon sehr früh, mit 16 Jahren. Sogar die damalige Provinzoberin meinte, ich solle noch warten. Ich bin aber doch eingetreten, machte meine Ausbildungen und entschied mich mit 21 für das Noviziat. Der Nachwuchsmangel heute liegt am Wandel der Gesellschaft, glaube ich. Wir bemühen uns aber sehr darum, junge Frauen anzusprechen. Ab Herbst wird es in Graz eine Mitlebegemeinschaft geben. Dort leben dann drei junge Schwestern und laden ein, sich diese Berufs- und Lebensform einfach anzuschauen.

Neben Wien und Niederösterreich gehört auch Ungarn zu Ihrem Wirkungskreis.

Welche Wege geht man dort?

Die Schwestern der zwei Gemeinschaften in Ungarn verwirklichen den Ordensauftrag in der Pastoralarbeit, im Religionsunterricht, in der Pädagogik, mit Exerzitien und geistlicher Begleitung. Ein wichtiges Thema ist der Einsatz gegen Menschenhandel. Eine unserer Schwestern, Sr. Gabriella, befasst sich seit Jahren intensiv damit. Sie ist international bestens vernetzt und sehr aktiv.

Zurück zu Ihren Aufgaben – bleibt Ihnen genug Zeit für Stille, Rückzug, Achtsamkeit?

Für alle meine Aufgaben brauche ich natürlich Kraft, so wie jeder, der seiner Arbeit nachgeht. Diese Kraft schöpfe ich aus der Gemeinschaft, das Gebet stärkt mich, meine persönliche Beziehung zu Christus ist mir wichtig. Sie sehen, Stille, Rückzug und Achtsamkeit sind wichtige Grundhaltungen für mich. ◀

Nachgefragt:

Sr. Francesca Fritz kommt aus dem Weinviertel in Niederösterreich, ihre Profess hat sie 1982 abgelegt. Als Krankenschwester hat sie im Kaiser-Franz-Josef-Spital in Wien und im Alten- und Pflegeheim Laxenburg gearbeitet. Schwester Francesca ist auch ausgebildete Kirchenmusikerin und begeisterte Orgelspielerin. Gern ist sie sportlich unterwegs, am allerliebsten mit dem Fahrrad. Von 2001 bis 2007 war sie Provinzoberin für Wien und Niederösterreich, seit 2007 ist sie Provinzrätin der Provinz Europa Mitte.



**„Vertrauen ist
mir im Leben besonders
wichtig. Denn ich
glaube in allem,
was auf mich zukommt,
an einen Sinn.“**

Sr. Francesca Fritz, Provinzrätin

Kurz + gut



Digitale Talente

Die Neue Mittelschule Institut St. Josef der Kreuzschwestern in Feldkirch wurde zur „eEducation Expert Schule“ ernannt. Der Erwerb digitaler Kompetenzen ist fixer Bestandteil des Lehrplans. Zusätzliche Informatik-Aktivitäten sind z. B. „Roberta“ (Robotik), der „ECDL-Führerschein“ sowie Lernplattformen.



Nachwuchs-KünstlerInnen

Die ViertklässlerInnen der ART-Klassen der Volksschule der Kreuzschwestern in Linz besuchten im Herbst die Ausstellung „variations on the cross“ in der Kreuzschwestern-Galerie. Die Ergebnisse ihrer Gedanken über das Symbol des Kreuzes präsentierten die jungen KünstlerInnen bei ihrer eigenen Vernissage.



Ab ins Freie

Einen neuen Spielplatz wünschten sich die SchülerInnen der Volksschule der Kreuzschwestern in Gmunden. Erfüllt wurde dieser Wunsch dank des Engagements der Kinder, Eltern und Lehrkräfte sowie durch Spenden regionaler Betriebe und aus Fördermitteln des Landes OÖ und der Stadtgemeinde Gmunden.

DREI FRAGEN AN KARIN ZEILER-FIDLER

Die Ansprüche an Betreuung ändern sich

In Laxenburg fühlen sich alte Menschen gut umsorgt, in Wien investiert man in die Zukunft der Kleinsten.

1. Die Menschen werden immer älter. Wie stark verändern sich damit die Betreuungsanforderungen?

Karin Zeiler-Fidler: Die demographische Entwicklung stellt uns tatsächlich vor Herausforderungen. Der Wegfall der Großfamilie, die Berufstätigkeit von Frauen und die Alterung der Gesellschaft zwingen Familien dazu, Betreuung und Pflege von Angehörigen auszulagern. Gefragt sind Hauskrankenpflege und Pflegeplätze, da steigen die Zahlen der Betreuten stark an. Am deutlichsten merkt man den Anstieg aber bei der 24-Stunden-Pflege.

2. Was heißt das für eine Einrichtung wie das Alten- und Pflegeheim Laxenburg – müssen Sie sich für die Auslastung etwas Besonderes einfallen lassen?

Wir merken, dass wir die Besonderheit unserer Dienstleistungen entsprechend vermarkten müssen. Wir stellen daher die einzigartige Qualität des Wohnens, die wir bieten, stärker in den Vordergrund. Bei uns ist man eingebettet in den Schoß des Klosters, die Schwestern und MitarbeiterInnen sorgen mit ihrer Herzlichkeit dafür, dass sich die Menschen bei uns daheim fühlen können. Unsere Schwerpunkte liegen auf der Hilfe zur Selbsthilfe, der Erhaltung der Mobilität und des gesunden Geistes.

Pflege bei den Kreuzschwestern TEIL 1*

	MitarbeiterInnen weltweit	Mitarbeitende Schwestern**	Pflegeplätze
Annaheim – Graz (Stmk)	76	6	95
Antoniushaus – Feldkirch (Vbg)	75	4	63
Haus Elisabeth – Laxenburg (NÖ)	117	10	139
Seniorenwohnheim Hochrum – Hochrum (T)	10	1	13
St. Josefsheim – Gratwein-Straßengel (Stmk)	30	4	40
Wohnen & Pflege Bruderliebe – Wels (OÖ)	65	3	84
Wohnen & Pflege Rudigier – Linz (OÖ)	86	2	100
Wohnen & Pflege St. Josef – Sierning (OÖ)	46	4	64
Wohnen & Pflege St. Raphael – Bad Schallerbach (OÖ)	55	2	81

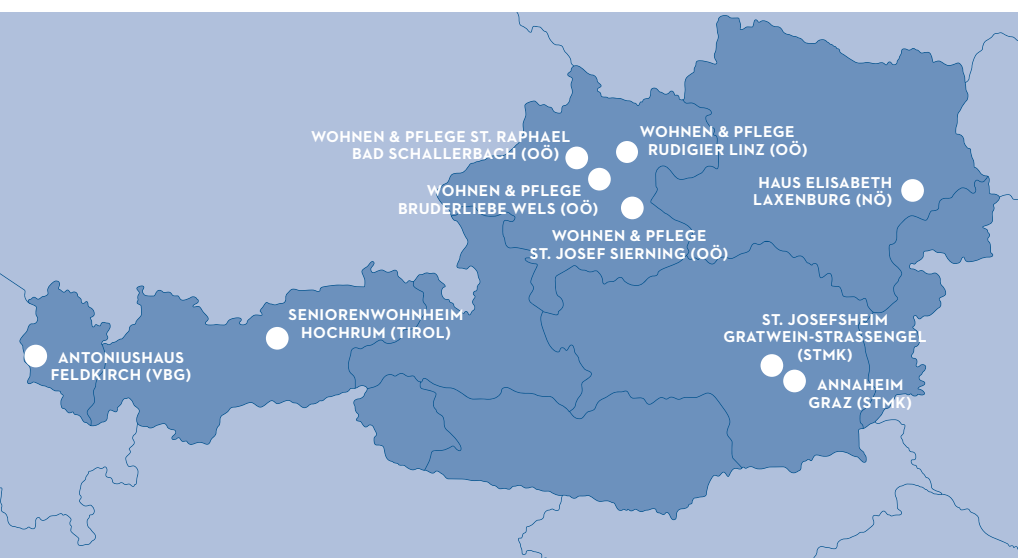
* Stand: April 2017. Aufgrund der Vielzahl an Pflege-Betrieben und Pflege-Stationen wird das Thema auf mehrere Ausgaben aufgeteilt.



Karin Zeiler-Fidler ist seit Anfang 2017 Geschäftsführerin der Kreuzschwestern Laxenburg Alten- und Pflege GmbH und auch für den Kindergarten Murlingengasse in Wien verantwortlich. Nach leitenden Tätigkeiten beim Hilfswerk, beim Roten Kreuz und in einer Privatkliniken-Holding sieht sie sich heute bei den Kreuzschwestern am genau richtigen Platz angekommen.

3. Auch der Kindergarten Murlingengasse in Wien gehört mit seinem Neubau in Ihren Verantwortungsbereich. Wird noch weiter gebaut?

Der neue Kindergarten mit drei Gruppen für Kinder von 0 bis 6 Jahren ist wirklich unser ganzer Stolz. Aber auch hier dürfen wir nicht stillstehen. Wir werden also noch heuer den Umbau des Altbaus starten und 2020 weitere zwei Gruppen, einen Bewegungsraum und einen Spielplatz eröffnen. Was mich besonders freut, ist der Austausch zwischen Jung und Alt: Unsere Kindergartenkinder besuchen immer wieder die SeniorInnen in Laxenburg und sorgen damit für pures Leben!



Geehrt + gefeiert



Mit geschärftem Blick

Das Pius-Institut der Kreuzschwestern in Bruck/Mur ist erstmals nach ISO 9001 zertifiziert. ISO 9001 ist ein anerkannter Qualitätsmanagement-Standard; auf dem Weg zur Zertifizierung wurden die betrieblichen Abläufe genau unter die Lupe genommen. „Das hat unseren Blick geschärft. Unser Handeln ist jetzt ein Stückchen transparenter und einheitlicher“, so Geschäftsführer Karl Hall.



Fit für die Zukunft

Unternehmen, die in die

Gesundheit der MitarbeiterInnen investieren, sorgen für die Zukunft vor. In Vorarlberg gibt es für konsequente Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz das Gütesiegel „salvus“. Unter den 40 Unternehmen, die heuer für ihr Engagement ausgezeichnet wurden, ist erstmals auch das Antoniushaus Feldkirch.



Gartn im Kloster

Die Kreuzschwestern in Hall nutzen ihren Klostergarten gemeinsam mit Menschen, die kein eigenes Grün besitzen. Zusammen mit dem Obst- und Gartenbauverein und mehr als 40 Familien wurde das etwa einen Hektar große Gartenareal neu und vielfältig gestaltet. Das Projekt „Gartn im Kloster“ ist heuer im dritten Jahr und wurde kürzlich mit einem Preis gewürdigt.

Fotos: Institut St. Josef, beigestellt; Schmidhuber, Elisabeth Mandl, Martin Meierregger, antoniushaus.at, Victoria Hoertnagl

** Mit mitarbeitenden Schwestern sind sowohl Schwestern gemeint, die in der Pflege arbeiten (Gestellung), als auch Schwestern, die ehrenamtliche Dienste leisten und die in der Seelsorge des Betriebs tätig sind.

ICH UND mein Werk



Wer ist dieser Herr?

Er kam aus der Schweiz und gründete im 19. Jahrhundert den Orden der Kreuzschwestern – Pater Theodosius Florentini. Sein Ziel war es, die sozialen Probleme der Zeit und das Elend der FabrikarbeiterInnen zu lindern und die Ursachen dieser Not zu bekämpfen. Vergangenes Jahr wurde das bayerische Kreuzschwestern-Gymnasium Gemünden in „Theodosius-Florentini-Schule“ umbenannt – sehr zur Freude von Gertrude Elvira Lantenhammer, deutsche Künstlerin und Professorin an der Schule. „Denn wer denkt bei dem Namen Florentini nicht an Florenz, Süßigkeiten und Blumen?“, dachte sie sich. Ein Porträt des Namensgebers in der Eingangshalle durfte nicht fehlen. Die Schule beauftragte Lantenhammer damit. „Das war eine Herausforderung“, sagt sie. Denn die Schule sollte sich mit dem zeitgenössischen Werk identifizieren können. Das Ergebnis ist ein digital bearbeitetes Porträt in Orange und Dunkelblau, bei dem die Nachdenklichkeit, Entschlossenheit und Güte Pater Florentinis erhalten blieb.



Gertrude Elvira Lantenhammer lebt in Schloss Homburg am Main. Die mehrfach ausgezeichnete Künstlerin studierte Malerei an der Akademie der Bildenden Künste München.



Supervision für Angehörige ist ein neues Angebot. Hier ist Platz für Sorgen und Fragen.

NEU GESTARTET

Gesprächsrunden für Angehörige

Im Kreuzschwesternbetrieb „Wohnen & Pflege St. Raphael“ in Bad Schallerbach können sich Angehörige von Sorgen und belastenden Gefühlen befreien.

Irgendwann stehen viele Menschen vor der Entscheidung: Pflege in der gewohnten Umgebung oder Übersiedlung in eine neue Umgebung? Können betagte Menschen ihren Lebensalltag nicht mehr selbstständig bewältigen, müssen Angehörige und die oder der zu Pflegenden gemeinsam entscheiden, wer sie betreut. Oft kann die Betreuung zu Hause nicht gewährleistet werden, die Wahl fällt deshalb auf eine Pflegeeinrichtung. Doch auch nach dem Umzug dorthin stehen die Angehörigen unter Druck. Habe ich die richtige Entscheidung getroffen? Geht es meinen Verwandten gut? Den Verantwortlichen von „Wohnen & Pflege St. Raphael“ in Bad Schallerbach sind die Sorgen bekannt. Leiterin Karin Stöger weiß, wie schwer dieser Schritt ist: „Oft kommt die Situation völlig überraschend. Von einem Tag auf den anderen kann die Pflege zu Hause nicht mehr sichergestellt werden. Der Übergang eines Familienmitglieds in solch eine neue, spezielle Lebensphase stellt für einige Verwandte eine Überforderung dar.“

Betreuung für Angehörige

Damit es nicht nur den BewohnerInnen, sondern auch deren Familien gut geht, hat sich „Wohnen & Pflege St. Raphael“ ein Angebot überlegt. Seit vergangenem Herbst gibt es für An-

gehörige die Möglichkeit einer Supervision. Im professionell moderierten Gespräch mit einem Psychologen können sie sich von ihren Sorgen, Gedanken und Zweifeln befreien und Sicherheit in dieser schwierigen Lebensphase gewinnen. „Die Familie soll Vertrauen bekommen, gemeinsam der oder dem zu pflegenden Angehörigen die beste Entscheidung getroffen zu haben. Dies spiegelt sich auch in der hohen Zufriedenheit unserer BewohnerInnen wider“, sagt Stöger.

Entwicklungspotenzial

Das Projekt stehe erst am Anfang und müsse noch wachsen, sagt Karin Stöger. Es sei ein toller Ansatz und gehöre nun weiterentwickelt. Stöger kann sich gut vorstellen, auch Führungskräfte und MitarbeiterInnen von St. Raphael in die Gesprächsrunden einzuladen, um diesen Service im Sinne von moderierten Kamingsgesprächen fortzusetzen. ◀



Karin Stöger leitet „Wohnen & Pflege St. Raphael“ in Bad Schallerbach.

Ein Tag im Leben von Nicole Strasser

Ist es ein Notfall oder nicht? Eine bedrohliche Erkrankung von einer harmlosen zu unterscheiden, ist oft keine leichte Aufgabe. Nicole Strasser stellt sich dieser Herausforderung täglich. In der Akut-Versorgung-Aufnahme (AVA) im Klinikum Wels-Grieskirchen behandelt sie schmerzgeplagte PatientInnen. Wir haben die Ärztin dabei begleitet.

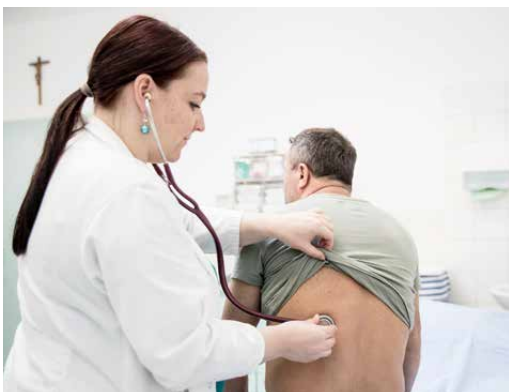


8.00 Uhr Mal schauen, wer da kommt!

Bevor die PatientInnen der Reihe nach zu Nicole Strasser gebeten werden, werden sie vom Krankenpflege-Personal nach medizinischer Dringlichkeit eingestuft. Stufe 1 und 2 bedeuten: Sofort zu Dr. Strasser! Stufe 3 bis 5: Warten.

9.00 Uhr

Vor Nicole Strasser sitzt ihr erster Patient. Er klagt über Beschwerden in der Brust. Sie weiß: Das gehört gleich untersucht! Durchschnittlich kommen rund 100 PatientInnen täglich in die AVA. Die Ambulanz im Klinikum Wels-Grieskirchen ist für Schmerzgeplagte die erste Anlaufstelle. Unfälle werden in der Unfallambulanz versorgt.



10:30 Uhr Die 34-Jährige hört

ihre PatientInnen sorgfältig ab. Sie kann sich noch gut erinnern, als sie einmal bei einem Mann einen sich anbahnenden Herzinfarkt erkannte und ihm damit das Leben rettete. Ab und zu kommt es bei PatientInnen zu einem Herzstillstand. Dann zählt jede Sekunde!



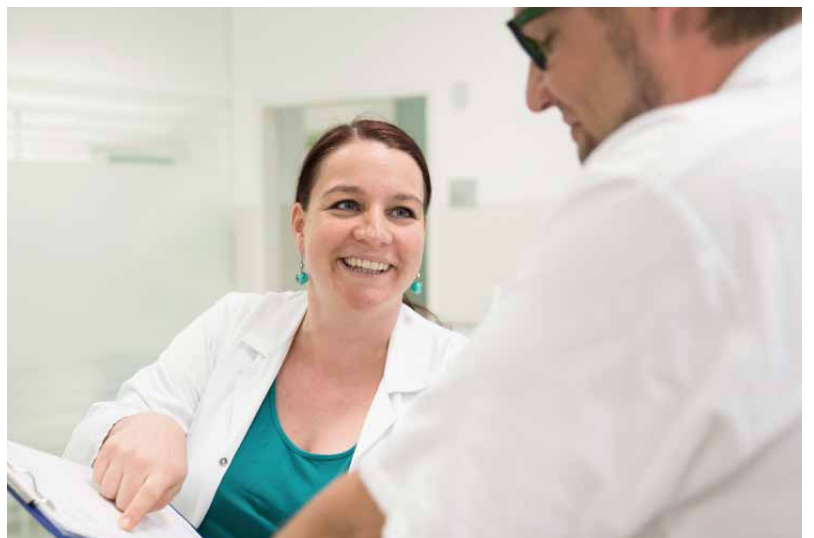
16:15 Uhr Strasser behandelt

ihren 40. Patienten für heute. Sie vermutet eine Rippenfellentzündung. Zur Sicherheit nimmt sie Blut ab. Die häufigsten Symptome der PatientInnen sind Brust-, Kopf- und Bauchschmerzen sowie Schwindel, aber auch Erkältungsbeschwerden sind keine Seltenheit.

17:00 Uhr

Dienstschluss.

In Gedanken geht Strasser schon ihre Karate-Übungen durch. Beim Sport powert sich die Ärztin aus. Ein Patient muss noch auf seine Befunde warten. Die Medizinerin übergibt die Akte ihrem Kollegen. Jetzt ist aber Schluss. Narote! Entspannen! So heißt es beim Karate.



Lieber Herr Präsident...

...wie kann ich die Welt zu einem besseren Ort machen? Der 12-jährige Oscar traute sich etwas, was wahrscheinlich die wenigsten in seinem Alter wagen würden. Er bat Bundespräsident Alexander Van der Bellen um ein Interview. Und bekam es auch.



Nervös läuft der 12-jährige Oscar den Gang auf und ab. Der Bub ist Schüler der LISA-Junior International School der Kreuzschwestern in Linz. Er erwartet einen besonderen Gast: Bundespräsident Alexander Van der Bellen hat sich angekündigt. Im Rahmen des Schulprojektes „We share the planet“, „Wir teilen den Planeten“, sollten sich die SchülerInnen jeweils mit einem Thema intensiv beschäftigen. Oscar wählte Politik. Er wollte wissen, wofür es sich zu kämpfen lohnt und wie er die Welt positiv verändern kann. Auf der Suche nach Antworten schrieb er dem Bundespräsidenten einen Brief und bat ihn um ein Interview.

Wir sind doch Europäer!

Oscar hat, wie seine SchulkollegInnen auch, internationale Wurzeln. Der Bub wurde in England geboren und kam als damals Siebenjähriger gemeinsam mit seiner Mutter nach Österreich. Als halber Brite liegt ihm eine Angelegenheit besonders am Herzen – der Brexit. Dass die Briten sich für den Austritt aus der Europäischen Union entschieden haben, erschütterte den Buben. Für ihn machte das keinen Sinn. Es trenne die Menschen voneinander, anstatt sie näher zusammenzubringen, ist Oscar überzeugt. „Wir sind doch alle Europäer“, sagt er. Van der Bellen war beeindruckt von der Initiative des Buben. Er

beschloss, Oscar das Interview zu geben und reiste mit seinem Team an.

Was kann ich tun?

Wie kann sich die Jugend politisch engagieren, welche Zukunft erwartet Menschen mit Migrationshintergrund in Österreich und wie steht Van der Bellen dem Brexit gegenüber? Eine halbe Stunde lang fragt Oscar den Bundespräsidenten alles, worüber er sich Gedanken macht. Van der Bellen versteht die Sorgen des Buben. Auch er sei traurig über die Entscheidung der Briten, Oscar solle aber positiv in die Zukunft blicken.



Oscar und der Präsident. Der Brexit war nur eines der Themen, das die beiden besprachen.

Wie sich der Bub engagieren könne? „Die Klimaveränderung betrifft vielleicht nicht mehr mich, aber für euch Jungen wird es ein Thema sein. Deshalb solltet ihr dagegen etwas tun“, sagt Van der Bellen. Vorerst rät er Oscar aber vor allem eines: Er solle Spaß haben und das Leben, das sich sowieso immer ändert, genießen. „Danke, Herr Präsident“, sagt Oscar und strahlt. Er wird diesen Tag nie vergessen. ◀

Kompetenzen leben!

Die 179 SchülerInnen der LISA-Junior International School stammen aus 54 verschiedenen Nationen. Unterrichtet wird nach dem Lehrplan der IBO (International Baccalaureate Organization). Bundespräsident Alexander Van der Bellen war beeindruckt davon, wie die SchülerInnen Kompetenzen wie Achtsamkeit, Recherche, Kommunikation und Integration lernen und auch leben. Warum er Oscars Bitte nachgekommen ist? Weil er neugierig war. „Ich wollte Oscar und seine Schule kennenlernen“, sagt er. Der Bundespräsident ist froh darüber, solche Bildungstätten in Österreich zu haben.

WAS UNS GERADE *bewegt*

Was bedeutet Heimat für mich?



Fatmir Salltakaj, Diplomierter Gesundheits- und Krankenpfleger, Privatklinik Hochrum

Meine Kindheit, meine Familie

Heimat ist für mich der Ort, an dem ich das erste Mal atmete, weinte, lachte und die ersten Schritte machte – es ist der Ort, an dem ich geboren wurde. Ich komme ursprünglich aus dem Kosovo. Meine Familie und ich verließen 1999 während des Krieges unsere Heimat und gingen nach Österreich. Seitdem leben wir in Rum in Tirol. Ich fühlte mich hier nie als Fremder. Im Sanatorium der Kreuzschwestern in Hochrum wurde ich als Muslim sofort akzeptiert. Wir kamen mit der Überzeugung, dass Glaubende, egal welcher Religion sie angehören, sich untereinander verstehen sollten. Das wurde hier bestätigt. Gegenseitige Offenheit, Wertschätzung, Toleranz sowie Respekt haben uns das Leben hier leicht gemacht. Dafür bin ich sehr dankbar. Die Erinnerungen an meine alte Heimat vergesse ich jedoch nie. Ich denke an meine Kindheit, die Erlebnisse mit meinen Eltern, Großeltern und FreundInnen. Dieses Gefühl, das ich dabei spüre, kann ich nicht beschreiben – es ist Freude pur! Was mir bis heute weh tut ist, dass ich mein Medizinstudium aufgeben musste. Es war Krieg, es gab keine beruflichen Möglichkeiten mehr für mich.



Donna Camatta, Lehrerin an der LISA-Junior International School Linz

Verstehen und verstanden werden

Ich bin vor fünf Jahren nach Österreich gekommen und habe praktisch darauf „vergessen“, wieder nach Hause zurückzugehen. Denn dieses Land hat mich mit seiner Schönheit, seinen gastfreundlichen Menschen und seinem günstigen Sommerklima verzaubert. Ich komme aus England. Was ich an Österreich besonders finde ist, dass Kinder hier länger Kind sein dürfen. Mein sechsjähriger Sohn hat das Glück, sich im Kindergarten von Bäumen schwingen zu dürfen, während seine KollegInnen in England bereits zwei Jahre in einem Klassenzimmer verbracht haben. Aber hin und wieder gibt es Tage, an denen ich England vermisse. Der Schnee und die Sprache hier sind meine größten Herausforderungen. Heimat ist für mich auch dort, wo ich verstehe und verstanden werde. Ich genieße es zum Beispiel, in der Straßenbahn zu stehen, Gesprächen zu lauschen und sie zu verstehen. Ich fühle mich aber auch dort zu Hause, wo FreundInnen den gleichen Humor wie ich haben. Vor allem ist Heimat für mich in jenem Land, wo die Familie ist. Genau aus diesem Grund wird England auch immer mein Zuhause bleiben.



Igor Marcinkovic, Teamleiter der Haustechnik im Alten- und Pflegeheim Haus Elisabeth der Kreuzschwestern Laxenburg

Sicher und geborgen sein

Ich komme ursprünglich aus dem ehemaligen Jugoslawien, heute Kroatien. Im Jahre 1991 entschieden meine Eltern, mit mir und meinen drei Schwestern nach Österreich zu ziehen. Wir gingen nach Laxenburg, wo ich auch heute noch mit meiner Frau und unseren zwei Kindern lebe. Österreich ist meine Heimat, und Heimat bedeutet für mich Sicherheit, Geborgenheit und Familie. Wir wurden hier vom ersten Tag an aufgenommen, ich bekam die Möglichkeit, eine neue Sprache zu lernen, Erfahrungen zu sammeln und an meinen Aufgaben zu wachsen. Österreich ist für mich die einzig wahre Heimat. Hier darf jeder Mensch eine eigene Meinung haben, das gefällt mir. Als wir hierher gezogen sind, waren die Schwestern aus dem Haus Elisabeth für mich da. Daher kommt meine starke Verbundenheit mit dem Haus. Es gibt nicht vieles, was ich an Kroatien vermisse, außer meiner dritten Schwester. Sie ging in die alte Heimat zurück. Woran ich mich wohl nie gewöhnen werde ist, dass mein Name oft Vorurteile auslöst. Dank meines Berufs, meiner Familie und FreundInnen meisterte ich diese Hürde bisher aber immer.

Die Harmonie der Gegensätze ergibt Vollkommenheit

Die „New York Times“ erklärte Martin Schleske (51) zu einem der wichtigsten Geigenbaumeister unserer Zeit. Das überrascht nicht. Seine Spiritualität bringt auch die Saiten des Herzens zum Schwingen.

Morgens in Landsberg am Lech. Auf der Werkbank seines Ateliers versinkt Martin Schleske im Gebet. Nur so komme er in die Präsenz, die es brauche, um Schöpfer und Werkzeug zugleich zu sein, sagt er, als er eine halbe Stunde später „gestimmt“ ist für die Aufgaben des Tages. Schleske ist kein gewöhnlicher Geigenbaumeister. Er ist auch Diplomphysiker und geistlicher Schriftsteller. Und seine Fähigkeit, Klang zu schaffen, reicht weit über das Akustische hinaus. Vor einigen Jahren begann er, gleichnishaft Gedanken, die ihn beim Handwerk begleiten und Sinnfragen des Lebens aufwerfen, zu Papier zu bringen. So entstand, völlig absichtslos, sein erstes Buch: „Der Klang – Vom unerhörten Sinn des Lebens“.

Das forschende Herz

Darin skizziert Schleske den Werdegang einer Geige und den Weg in die Welt des Glaubens. Ein besonderes Gleichnis enthält Kapitel 5: „Die Wölbung und der Faserverlauf oder Der Glaube als Ehrfurcht und Barmherzigkeit.“ Diesen Titel wählte er, weil es, so wie im menschlichen Zusammenleben, auch beim Geigenbau eine Harmonie der Gegensätze gibt. „Holz hat ein Mitspracherecht im Schöpfungsakt. Durch seine Verletzungen und Eigenheiten bestimmt es genau, was es braucht. Nur wenn ich ehrfürchtig erfülle, was mir geboten wird, und das Holz barmherzig höre und spüre, ergibt sich Vollkommenheit im Klang“, sagt der Meister. Auch der Klang des Lebens benötige stets ein Spannungsfeld zwischen Gegensätzen. Eines könne sich erst durch das andere entfalten: „Wahrheit ohne Güte ist nicht wahr. Und Güte ohne Wahrheit ist nicht gut.“ Gleichnishaftes Denken, das in der Zeit Jesu und in der griechischen Philosophie üblich war, hält Schleske „gerade in der banalen Zeit heute“ für wegweisend. So wie die Menschen damals sollten auch wir LebenskünstlerInnen sein, deuten, gestalten und uns bei allem bewusst fragen: Was will mir damit gesagt werden? „Das forschende Herz, das im Gebet den

Dialog sucht“, helfe uns dabei, unsere inneren Ohren für Antworten zu öffnen und „empfänglich zu werden für die göttliche Weisheit, die uns gibt und die größer ist als die eigene.“

Entzündetes Vertrauen

Auch bei jenen, die noch kein Gefühl dafür hätten und deshalb nur sich selbst hören könnten, ließen sich die Sinne des Geistes erwecken, sagt Schleske. Im Grunde durch eine einfache Frage: „Können Sie sich vorstellen, dass der Himmel nichts Zukünftiges ist, sondern eine gegenwärtige, unsichtbare Welt, die Sie beständig umgibt? Und wenn ja, erlauben Sie sich, ihm zu glauben?“ Dieses Vertrauen ins Leben, auch bei Schleske war es nicht immer da. „Markant entzündet“ wurde es jedoch, als er als 13-jähriger Schüler ein Jahr lang bei einer christlichen schottischen Austauschfamilie lebte. Als er als „religiöser Mensch“ heimkehrte und jeden Tag drei Stunden in der Bibel las, war sein nihilistischer Vater entsetzt. Der Glaube des jungen Schleske musste sich im Elternhaus bewähren. Und das tat er, so sehr war Schleske von der Fremdheit und Schönheit der Heiligen Schrift fasziniert. „Da wurde etwas an seelischer Heimat in mir angelegt, was mich seither auch das Außen





intensiver erleben lässt“, sagt er und erzählt von seiner Jugend-Rockband, seiner Aufgabe als Schulsprecher und seinem entwicklungspolitischen Engagement als Zivildienster.

Stimmig leben

„Schon vor 30 Jahren wusste ich von den Völkerwanderungen, die sich jetzt tatsächlich ereignen. Das Lesen in der Bibel hat eine stark prophetische Komponente. Das Prophetische ist immer der Kampf für Gerechtigkeit.“ Und was prophezeit sein lauschendes Herz für die nächsten 30 Jahre? „Eine gute Frage“, sagt Schleske und hält inne. „Wir leben in Unordnung, geschaffen durch ein System des Geldes und der Bereicherung auf Kosten anderer. Dieses Verhalten schickt uns eine Krise nach der anderen, denn Krisen offenbaren das Maß an Ungerechtigkeit. Der schlechte Klang unserer verstimmten Gesellschaft wird erst in Ordnung kommen, wenn der Mensch Gier und Angst abschwört.“ Dann hätte eine Politik, die zurzeit „die niedrigste Stimme im Menschen lockt und Hass schürt“, keine Chance mehr. Und dann würde auch die schweigende Mehrheit aufstehen und sagen: „So wollen wir nicht mehr leben!“ ◀



Martin Schleske ist mit einer Sonderschullehrerin verheiratet und Vater zweier Söhne. In seinem Leben verbindet er die Liebe zur Bibel mit der Liebe zum Klang.

Plädoyer für den Glauben: „Was wir zurzeit in Europa erleben, ist kein Atheismus, sondern Apathie. Diese Gleichgültigkeit und Schläfrigkeit sind schlimm.“



Maria Richter (52) ist akademische Expertin für Gartentherapie und lebt in Niederösterreich. Ihr ein Hektar großer Garten ist auch Seminargarten für all jene, die zu ihren Achtsamkeitstrainings pilgern. www.ausgleichimgarten.at

SPIRITUELLES FITNESSCENTER

Der Garten, Spiegel meines Lebens

Im Garten geht es nur ums Jetzt. Der Garten hadert nicht mit der Vergangenheit, er sorgt sich nicht um die Zukunft oder schwärmt von ihr. Es berührt ihn nicht, ob eine Gurke krumm oder gerade ist, denn er entfaltet sich jeden Moment aufs Neue. Er lädt mich ein, anzukommen, innezuhalten und nur zu schauen, was gerade um mich und in mir geschieht. Er lädt mich ein, mich mit meiner Natur zu beschäftigen und mich mit dem Menschen anzufreunden, der ich schon bin – damit auch meine Seele wachsen kann.

1 Wann zieht es mich in den Garten?

Gleich in der Früh. Hier kann ich aus dem Drama aussteigen, Zuflucht finden, mich erden. Mit einem Becher Kaffee in der Hand wandere ich zum Gewächshaus, öffne die Seitenlüftungen und setze mich unter den Kirschbaum in die warme Morgensonne. Ich werde still, mein Geist leichter, meine Sinne und mein Herz weiter. Alles summt und brummt im Rausch der Blütenpracht. Ich erlebe die Schöpfung. Sehe, wie ein Samenkorn langsam sein Potenzial entfaltet. Wie sich Obstbäume in Schale werfen, um Insekten anzulocken. Und wie Sträucher den Pflanzen Schatten spenden, als offenbarten sie mir: Ja, alles ist miteinander verbunden, und du bist Teil davon! Ruhe und Geborgenheit durchströmen mich. Hier gibt es keine Langeweile, keine schlechte Laune, keine Bewertungen, keinen Konsumzwang. Hier ist nur Fülle und Vielfalt. Sanft streiche ich über die Köpfe der Blumen. Teile ihnen meine Bewunderung mit für ihre Schönheit und Entschlossenheit, für mich zu wachsen und auch in Trockenzeiten durchzuhalten.

2 Was lerne ich im Garten?

Jeder Garten schenkt mir Orientierung, Halt und Vertrauen. Er offenbart mir, dass Leben ein ewiger Kreislauf ist und dass alles seine Zeit hat und seinen verlässlichen Rhythmus.

Übergänge sind ganz natürlich. Er führt mir vor Augen, dass aus Altem immer Neues entsteht und dass es manchmal auch mehrere Versuche, andere Herangehensweisen und neue Entfaltungsplätze braucht, damit Besonderes gedeihen kann. Der Garten lässt mich immer wieder neu anfangen und unterschiedliche Perspektiven einnehmen. Er lässt mich erkennen, dass sich Achtsamkeit kultivieren lässt wie ein Gemüsebeet und dass alle Pflänzchen dieser Erde Regelmäßigkeit, aber auch Abstand, Pausen und Rückzug brauchen. Mein wohlwollendes Interesse für diese kreativen Prozesse lässt diese Haltung auch gegenüber mir selbst wachsen. Mein Garten ist mein Vertrauter, mein hochgeschätzter Assistent.

3 Warum ist der Kontakt mit Mutter Erde so kostbar?

Sie beinhaltet, in Kombination mit Sonne und Wasser, alle Nahrung, die ich brauche. Sie ist meine Basis. Wenn ich in ihr grabe, sehe ich die Lebendigkeit: die Verwurzelung, die Kleinstlebewesen, die permanent den Boden lockern und aufbessern. Bei meinen Seminaren beobachte ich, wie Menschen durch den Kontakt mit der Erde ein tieferes Interesse zu sich selbst entwickeln und auch einen bewussteren Zugang zum Rest der Welt. Ein Garten hat die Kraft, uns zu heilen. ◀

Nachtzug nach Paris

Wenn sie Zeit verschwenden, fürchten manche Menschen, durch eine Lücke ins Nichts zu fallen. Dabei schlüpft nur hier das Glück hindurch.

Text: Susanne Niemeyer, **Illustration:** Stefanie Harjes

Einmal wollte ich von Hamburg nach Mallorca reisen. An das Jahr erinnere ich mich nicht mehr, an die Reise dafür umso genauer. Ich stieg abends in den Zug und erwachte morgens in Paris. Es gibt ein Foto, das zeigt, wie ich an der Seine sitze und in ein frisches Croissant beiße. Ich ließ mich einen Tag lang treiben und stieg abends wieder in den Zug, diesmal nach Barcelona. Morgens trank ich meinen Kaffee am Strand. Tagsüber entdeckte ich die Stadt, abends nahm ich die Fähre und sah in der aufgehenden Sonne Palma de Mallorca vor mir. Ich brauchte zweieinhalb Tage für eine Strecke, die man in zweieinhalb Stunden fliegen kann. Zu einem Minimalstel des Preises. Aber das ist kein Reisen. Man kommt von A nach B. Mehr nicht. Das Spannende am „Slow Travelling“ ist die Lücke, die sich auftut zwischen hier und dort. Sie ist, je nach Betrachtung, ein Wartezustand oder ein Zustand großer Freiheit. Ein Schaffner geleitet einen ins Abteil, ein Fläschchen Veltliner und eine Süßigkeit stehen als Willkommensgruß bereit. Die Laken sind weiß und ein bisschen steif, und wenn sich der Zug dann träge in Gang setzt, beginnt das Abenteuer. Man begibt sich zwischen das Nicht-mehr und das Noch-nicht. Dieser Zwischenzustand ist der Anfang jeder Reise. Ich habe sicher schon besser geschlafen

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.

als in Nachtzugnächten. Aber ich erinnere mich an den Zauber, langsam durch das Dunkel zu fahren, immer wieder die Lichter der Bahnhöfe passierend. Eigentlich gibt es ständig solche Zwischenzustände: den Moment vor dem Einschlafen. Die Nacht als solche. Die Tage zwischen Weihnachten und Neujahr oder zwischen Karfreitag und Ostern. Auch die Zeit zwischen dem Tod eines Menschen und seiner Beerdigung. Alles ist in der Schweben, und das ist gut, weil die Seele Schritt halten kann. Man fällt für die Dauer einiger Augenblicke aus der Zeit. Das ist unpopulär. Die Deutsche Bahn will noch in diesem Jahr ihre Nachtzüge einstellen (die ÖBB zum Glück nicht). Zwar kommt man

weiterhin auch nachts von einem Ort zum anderen, aber aufrecht sitzend.

Zwischenzeiten sollen genutzt sein. Um Mails zu schreiben, im Internet zu surfen, Akten durchzuarbeiten – was auch immer. Im Dazwischen liegen die Träume. Um die bringt man sich, wenn man jede Lücke schließt. Manchen Menschen macht das Angst. Sie fürchten, durch so eine Lücke ins Nichts zu fallen und sich zu verlieren. Andere denken pragmatisch. Sie wollen jede freie Stelle nutzen. Zum Beispiel für die Mails oder die Akten, Hauptsache, sie können etwas tun. Und dann gibt es noch jene, die die Vollkommenheit lieben und es nicht mögen, wenn irgendwo etwas fehlt. Sie ertragen das Unvorhersehbare nicht. Aber die Lücke stellt sich ihnen allen in den Weg und sagt: „Ich bin da, damit das Glück hindurchschlüpfen kann.“ Wäre doch schade, wenn man das verpasste. ◀

So geht's:

Alles hat seine Zeit. Geborenwerden hat seine Zeit, Sterben hat seine Zeit // Pflanzen hat seine Zeit, Gepflanztes ausreißen hat seine Zeit // Weinen hat seine Zeit, Lachen hat seine Zeit. (Die Bibel, Kohelet 3) Finde die Lücke.





SKIZZEN AUS DEM LEBEN

Willkommen in meinem neuen Zuhause!

18 Jahre lang lebte Thomas Oberlehner (42) mit anderen beeinträchtigten Menschen am Theresiengut der Kreuzschwestern am Linzer Pöstlingberg. Weil er in der betreuten Wohngemeinschaft viel Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein entwickelte, konnte er im Oktober seine erste eigene Mietwohnung beziehen.

Das bisschen Haushalt macht sich von allein“, sagt der Mann und fegt mit dem Besen durch seine 46 Quadratmeter große Stadtwohnung in Linz-Urfahr. Dann räumt er die Waschmaschine ein und sieht nach der kochenden Suppe auf dem Herd. Der Mann, der dies alles kann, ist Thomas Oberlehner. In seinen vier Wänden hat der emanzipierte Single ein Umfeld geschaffen, in dem er aufblüht – auch geistig. In seiner Kindheit wurden ein Entwicklungsrückstand und eine Lernbeeinträchtigung festgestellt, die ihn viele Jahre blockierten.

Gehört werden

„Als Bub besuchte ich die Sprachschule. Meine Mutter hatte neben ihrer



Mobil. „Seit fünf Jahren habe ich einen Führerschein und erledige als Hausmeister Besorgungen für das Theresiengut. Auch privat würde mir ein Auto vieles erleichtern. Ein schwarzes wäre super!“

Arbeit wenig Zeit, um mit mir zu lernen. Oft fehlte es mir an Motivation. Merkschwierigkeiten, schlechte Zeugnisse und meine Faulheit – ich hatte keinen einfachen Start“, sagt er leise und erzählt von seinen Halbschwestern, dem frühen Tod des Vaters und seinen späteren Aushilfsjobs als Zeitungskolporteur und Tischlergehilfe in einer geschützten Behindertenwerkstatt. Noch immer würde er gern mit Holz arbeiten. Doch leider hat sich dieser Wunsch bisher noch nicht erfüllt. So sei das eben in dieser Welt, in der man oft auf sich alleine gestellt ist. „Wenn man keine laute Stimme hat, so wie ich, ist es noch schwieriger, gehört zu werden“, meint Oberlehner



1. Emanzipiert. „Jede Woche kommen meine Betreuerinnen Sabine (Foto) und Maria auf einen Kaffee vorbei. Dann essen wir Mozartkugeln und erledigen Büroarbeiten.“
2. „Putzen, Einkaufen, Waschen oder Kochen schaffe ich sehr gut allein. Besonders gut kann ich Pizza und Spaghetti.“
3. Faible für witzige Filzhüte: „Ich bin ein Oktoberfest-Fan. Außerdem spaziere ich gerne durch die Natur und den Christkindlmarkt.“
4. „Demnächst ziehen zwei Freundinnen vom Bauernhof in meine Nähe. Dann können wir Ausflüge machen oder gemeinsam Darts spielen.“



mit einem Anflug von Traurigkeit in seiner Stimme. Traurig sei er früher, als er noch sehr auf andere angewiesen war, öfter gewesen. Mit 23 Jahren war er aufs Theresiengut gekommen, einen Bio-Bauernhof mit Kühen, Ziegen, Schweinen, Hasen, Hühnern, Katzen, einem Pferd und einem Hund am Linzer Pöstlingberg. In der Gemeinschaft mit einer Handvoll anderer beeinträchtigter Menschen sowie mit Schwester Ingrid und Schwester Karin habe er sich aufgehoben, umsorgt und nützlich gefühlt. Denn jede und jeder durfte sich einbringen, ob im Stall oder in der Gärtnerei. Thomas Oberlehner half in der Landwirtschaft und als Hausmeister

mit – das tut er bis heute. Doch je größer die Gruppe wurde und je untermordeter er sich fühlte, umso größer wurde seine Sehnsucht, sein Leben selbst zu gestalten.

Meer statt Tränen

Deshalb habe er immer wieder seinen Wunsch nach einer eigenen Bleibe deponiert. Zum Glück habe man ihm das ermöglicht. „Seit ich die Wohnung habe, meldet sich die Traurig-

keit nur noch einmal pro Woche. Dann genügt ein Blick aufs Meer und schon geht es mir wieder besser“, sagt er und zeigt auf die Puzzle-Bilder mit den Urlaubsmotiven und auf die Schutzfolie mit dem Insel-Sujet über der Küchenabwasch. „Ich liebe Erholung. Jeden Abend lege ich mich in die Badewanne. Das macht mich glücklich!“

www.theresiengut.at ◀



22 Kreuzschwestern sind in Taiwan im Einsatz. Im Pflegeheim in Kuanshan ist Schwester Petra Maria Strobl (rechts) als einzige Österreicherin stationiert.

SISTERS ACT

Gelassen bleiben in Taiwan

Seit mehr als 30 Jahren ist Schwester Petra Maria Strobl (63) Missionarin in Taiwan. Die Betreuung behinderter Menschen zeigt ihr gelegentlich persönliche Grenzen auf.

Kuanshan, eine Kleinstadt am Rande der Bunun-Berge auf der westpazifischen Insel Taiwan. Das Leben hier ist anders als in Europa. Wettbewerb zwischen Religionen gibt es nicht. Alle Glaubensrichtungen haben Platz. Sogar in Familien wohnen BuddhistInnen, DaoistInnen, ChristInnen und Anhänger der Volksreligion friedlich unter einem Dach – auch dann, wenn jemand pflegebedürftig wird und das Nervenkostüm der anderen auf die Probe stellt. Dass die Einheimischen in emotionalen Situationen wie diesen trotzdem gelassen bleiben, bewundert Schwester Petra Maria Strobl sehr.

Eigene Grenzen

Seit 1985 lebt die Tochter eines Fabrikarbeiters und einer Hausfrau aus Pitten in Niederösterreich nun schon in Kuanshan, doch noch nie hat sie erlebt, dass jemand gegenüber Mitmenschen die Contenance verliert. „Ich weiß, wie anstrengend Pflege ist, wie schnell man dabei an seine eigenen Grenzen stößt“, sagt die Krankenschwester und erzählt vom Alltag im Pflegeheim, in dem sie seit 1989 bettlägerige Gelähmte betreut. 40 sind es aktuell. Die jüngste Patientin ist 26, die älteste 103. „In beiden Fällen nutzt mein Mandarin-Chinesisch nichts, denn diese

Frauen können nicht mehr reden. Die Verständigung klappt rein über Mitfühlen“, sagt sie mit überaus sanfter Stimme. Und sofort stellt sich die Frage nach ihrer eigenen Gelassenheit.

Wut gehört zum Leben

„Ich bin eine ausgesprochene Cholerikerin. Oft braust es in mir so auf, dass ich laut explodierte und mich selbst schrecke“, sagt Schwester Petra Maria und lacht. Doch sobald sie sich behauptet und ihre Ansichten klar ausspricht, beruhigt es sich wieder in ihr. Dann

verliere auch der alte Erziehungssatz ihrer Kindheit an Macht, und mit ihm das Diktat ihrer Eltern, sich stets „beherrschen“ zu müssen. „Keine Ahnung, wie sich TaiwanInnen ihren Gefühlen zuwenden. Im stressigen Geschäftsleben haben sie auch nicht mehr Zeit zum Beten und Meditieren als ich“, rätselt Schwester Petra Maria. „Mir helfen jedenfalls Gespräche mit meiner Lieblingsbezugsperson, Jesus. Er ist so menschlich und lebendig! Dadurch kann ich das Gefühl Wut immer besser als Teil des Lebens annehmen.“ ◀



Im Pflegeheim in Kuanshan werden gelähmte PatientInnen betreut. Schwester Petra Maria Strobl kümmert sich vorwiegend um Frauen, die nicht mehr reden können.

Wann haben Sie
das letzte Mal getanzt,

Schwester Gielia?

Wir blicken in die Schweiz und lernen Schwester Gielia Degonda kennen. Sie plaudert über Kunst, gutes Essen, ihre Reisen und ihre Hoffnungen.

Was mögen Sie am Menschsein, Schwester Gielia?

Menschlich zu sein. Ich lese gerne, nehme mir regelmäßig eine Zeit der Stille, versuche zu entspannen und Musik auf mich wirken zu lassen. Ich lasse einfach los und träume vom Meer.

Was haben Sie immer im Kühlschrank?

Naturjoghurt und Käse.

Was war Ihre bisher beste Mahlzeit und wo haben Sie sie gegessen?

Das war in der Schweiz, ein Felchenfilet aus dem Vierwaldstättersee – mein absolutes Lieblingsessen übrigens. Dazu Wasser und ein Bündner Blauburgunder. Herrlich.

Und wann haben Sie das letzte Mal getanzt?

Vergangenen Sommer bot sich mir in Kroatien die Gelegenheit. Ich tanzte mit der Gruppe „Gestaltpädagogik Linz“, geleitet von Schwester Cécile Leimgruber, im malerischen Porec.

Wussten Sie schon immer, dass Sie Künstlerin werden wollten?

Als kleines Mädchen kritzelte ich ständig in Telefonbüchern und an Hauswänden – sehr zum Erschrecken meiner Eltern. Ich kann mich noch gut erinnern, wie es mich freute, große und dicke, kurze und lange Linien sichtbar zu machen. Im Pfarrhaus wurde ich einmal getadelt, als ich ein Ölbild abtastete, da mir eine reliefartige Bildoberfläche interessant erschien. Da war ich gerade einmal fünf Jahre alt.

Was würden Sie heute Ihrem jüngeren Selbst empfehlen?

Wieder genauso mutig anzufangen, wie ich es damals gemacht habe.

Welche Reise möchten Sie noch unternehmen?

Eine für mich Unerreichbare. In die Antarktis zum Beispiel.



Zur Person:

Schwester Gielia Degonda (79)

wurde in Cumpadials, einem kleinen Bündnerdorf in der Schweiz, geboren. Heute lebt und arbeitet sie im Kloster Ingenbohl/Brunnen in der Schweiz. Sie besuchte die Kunstschulen Luzern und Basel und war 33 Jahre lang Zeichenlehrerin am Lehrerinnen-Seminar Theresianum Ingenbohl. Sie ist künstlerisch tätig und gestaltete auch Wände, Gänge und Fenster im Kloster Ingenbohl sowie die Fenster in der Klosterkirche der Kreuzschwestern in Linz. Geologische Formationen, Linien, Schraffuren und Farben sind Grundelemente ihres Schaffens. Ihre Bilder wollen auf Sinn und Fragen der heutigen Zeit eingehen, ihre Aussagen sind religiös motiviert.

Was inspiriert Sie zu Ihrer Kunst?

Ich habe von jeder meiner bisherigen Reisen sehr profitiert. Die geologischen Formationen einiger USA-Canyons, die Steinlandschaften des Burren in Irland und die französische Region Bretagne und ihre Megalithkultur waren mir echte Studienreisen.

Was nehmen Ihnen Menschen oft besonders übel?

Meine Unpünktlichkeit trotz meiner Genauigkeit.

Wofür sind sie Ihnen aber dankbar?

Vielleicht für meinen Humor.

Welche Hoffnungen haben Sie?

Dass das Geld seitens der Politik gerechter verteilt wird.

Und welche haben Sie bereits aufgegeben?

Keine.

Bitte, fragen Sie uns!

Einzigartig in Österreich: „My Way“, ein Projekt am Klinikum Wels-Grieskirchen, hat das Ziel, die Gesundheitskompetenz der PatientInnen zu stärken.

Welche Untersuchungen stehen mir bevor? Was muss ich alles wissen und fragen? Wie werde ich schnell wieder gesund? Wer als PatientIn ins Krankenhaus kommt, ist mit vielen Fragen beschäftigt. Gute Beziehungen zu den ÄrztInnen und zum Pflegepersonal sind dann genauso wichtig wie das Bewusstsein dafür, für die Genesung auch selbst ein Stück Verantwortung zu tragen. Damit gezielte Behandlung und Gesundheitskompetenz der PatientInnen näher zusammenrücken, hat man im Klinikum Wels-Grieskirchen „My Way“ ins Leben gerufen. PatientInnen werden ermutigt, aktiv zu werden und Fragen zu stellen. Mitarbeitende sind aufgefordert, nachzufragen und verständliche Informationen anzubieten. Erprobt wird das derzeit in Abteilungen der Kardiologie und der Neurologie.

Fixpunkt im Tagesablauf

„Die Idee dahinter ist, die Qualität der Beziehung konkret zu stärken. Wir könnten es uns auch gemütlich machen und sagen: ‚Wir sind ein Ordensspital und unterscheiden uns von anderen ohnehin dadurch, dass wir mehr Zuwendung zeigen.‘ Diesen Vorsprung wollen wir weiter ausbauen“, erklärt Maximilian Aichinger, Leiter des Direktionsbüros am Klinikum Wels und verantwortlich für das Projekt. Mit den „My Way“-Bestandteilen Visitekarte, Diagnosekarte und Tagebuch haben PatientInnen und Mitarbeitende Hilfsmittel zur Hand, um die Gestaltung von



„Gezielte Kommunikation hilft uns, Behandlungsverläufe noch besser zu planen. Weniger wird die Arbeit damit nicht, aber sie kann interessanter und zielgerichteter werden.“

Maximilian Aichinger,
Leiter des Projekts „My Way“

Beziehung zum Fixpunkt im Tagesablauf zu machen. „My Way“ folgt einem genauen Ablauf, die Zuständigkeiten sind klar definiert (siehe Kasten Seite 21). Zentraler Bestandteil ist die Visitekarte: Sie regt PatientInnen zu gezielten Fragen an und gibt Anleitung dafür, diese zu notieren und für die Visite bereitzuhalten.

Die PatientInnen stärken

Zuwendung zu den PatientInnen ist schon immer wichtiger Bestandteil der Aufgabe des medizinischen Personals. „My Way“ gibt dem aber einen festgelegten Rahmen und erhöht mit seinen Frage- und Reflexionsangeboten das Bewusstsein der Kranken, auch ihren Teil zu Beziehung und Genesung beizutragen. „Die Behandelnden sind ja nicht selten mit Menschen konfrontiert, die wenige Tage nach dem Überstehen einer bedrohlichen Situation salopp meinen: ‚Ach, das war ja nichts Schlimmes.‘ Dann ist es umso wichtiger, die Wirklichkeit bewusst zu machen und für nötige Lebensstilveränderungen zu sensibilisieren“, so Aichinger. Überall dort, wo es also darum geht, Menschen eine Erkrankung und die daher erforderliche Änderung des Lebensstils bewusst zu machen, kann „My Way“ Wirkung zeigen.

Offen für Neues

Gute Feedbacks gibt es bisher von den PatientInnen aus den „Pilot-Abteilungen“, sie zeigen Interesse an der Teilnahme und sind davon angetan, ernst genommen und zum aktiven Fragen aufgefordert zu werden. Auf die MitarbeiterInnen aller medizinischen Fachgebiete kommen mit „My Way“ natürlich neue Aufgaben zu. „Dieses Mehr an gezielter Kommunikation hilft uns, Behandlungsverläufe noch besser zu planen und effizienter durchzuführen. In solchen Gesprächen kommen auch Hintergründe zutage, die Aspekte des



Dafür steht „My Way“:
sich für die PatientInnen Zeit nehmen
und sie ermutigen, Fragen zu stellen.

Krankheitsbildes in neuem Licht erscheinen lassen. Weniger wird die Arbeit damit nicht, aber sie kann interessanter und zielgerichteter werden. Denn die Gespräche mit den Menschen, die man versorgt, bekommen mehr Inhalt und Tiefe“, sagt Aichinger und hofft, dass das auch die Zufriedenheit im Job erhöht. „Was wir von unseren Teams jetzt brauchen, ist die Offenheit, etwas Neues auszuprobieren“, sagt er und ergänzt etwas, das ihn persönlich motiviert: „Wo hat man denn heute noch die Möglichkeit, an einem Projekt mitzuwirken, bei dem der Wert von Beziehung, und nicht die wirtschaftlichen Vorteile fürs Unternehmen an erster Stelle stehen?“

In Österreich einmalig

Gemeinsam mit internen und externen ExpertInnen ist Maximilian Aichinger seit 2014 intensiv mit „My Way“ befasst. „Sie können mir glauben: Wir haben das mehrfach auseinandergenommen und wieder neu zusammengebaut“, erzählt er von der Entwicklungsphase und ersten Feedbackschleifen, genauso vom Austausch mit Gesundheitseinrichtungen von Cleveland bis Cambridge. Fest steht jedenfalls, dass „My Way“ in der heutigen Form in Österreich

einzigartig ist. Die wissenschaftlich fundierte Aufbereitung ist für Aichinger wesentlich. „Aktuell ist ‚My Way‘ als Forschungsprojekt noch in der Evaluierungsphase. Bis zum möglichen

Regelbetrieb muss sichergestellt sein: Das ist erprobt und funktioniert“, sagt Aichinger und stellt damit klar: „Wir sind auf dem Weg, aber noch nicht am Ziel.“ ◀

So funktioniert „My Way“ im Krankenhausalltag:

1. Eine Patientin, ein Patient kommt auf die Station. Im Rahmen der Aufnahme erklärt die Stationsassistentin das Programm mit Visitekarte, Diagnosekarte und Tagebuch. Das Angebot gilt für alle PatientInnen, es sei denn, es liegen kognitive Einschränkungen vor.
2. Mit einem Infofolder im Gepäck kann jede und jeder dann noch einmal in Ruhe am Zimmer nachlesen und sich für oder gegen die Teilnahme entscheiden. Entscheidet man sich dafür, dann wird als Erkennungszeichen für ÄrztInnen und Pflege ein Schild auf dem Nachttisch platziert.
3. „My Way“-PatientInnen bekommen täglich eine Visitekarte ausgehändigt: Hier notiert man Fragen für die Visite, die einem tagsüber einfallen – auch solche, die man selbst als nicht so wichtig einschätzt. Diese Karte wird bei der Visite aktiv angesprochen, die Fragen werden geklärt.
4. Die Diagnosekarte wird im Rahmen des Diagnosegesprächs von Arzt und Patient gemeinsam ausgefüllt. Somit ist auch besprochen und notiert, was nach der Entlassung in Bezug auf die Gesundheit zu tun ist und erreicht werden kann.
5. Das kleine Buch „Mein Weg zur Gesundheit“ bekommen PatientInnen mit längerem Aufenthalt. Dieses Tagebuch sieht niemand sonst, es eröffnet die Möglichkeit, die aktuelle Situation anhand konkreter Fragen zu reflektieren, seine Gedanken zu ordnen und die eigene Kraft zu stärken.

Weiterwachsen

ANGEBOTE DER KREUZSCHWESTERN

Tipp 1

Neue Wege gehen

„Wie kann ich in einer rasend gewordenen Zeit ein geglücktes Leben führen? Wie kann ich mich beruflich verwirklichen, ohne dabei mein Umfeld zu vernachlässigen?“ Das Curriculum unter dem Motto „Neue Wege gehen“ ist das Angebot der Kreuzschwestern, auf solche Fragen Antworten zu finden. Man entdeckt die Kunst des klaren Denkens und des klugen Handelns und bekommt Impulse für Beruf und Berufung.

Zielgruppe: alle MitarbeiterInnen

Termin: Wie man sich begegnet
14.-16.09.2017 (Modul 1)

Begleitung Modul 1: Christof Harrich, Coach, Supervisor, Experte für Identitätsentwicklung;

Provinzrätin Sr. Maria Dolores Scherrer

Kosten: Die Kreuzschwestern übernehmen alle Kosten in den jeweiligen Seminarhäusern. Für Infos zu allen fünf Modulen fordern Sie bitte den Folder an!

Tipp 3

Ins Gespräch kommen

Besuchen Sie das Provinzhaus in Wels und stellen Sie all jene Fragen, die Sie in Zusammenhang mit den Kreuzschwestern interessieren. Ein Nachmittag mit vielen Anregungen!

Zielgruppe: alle MitarbeiterInnen

GesprächspartnerInnen: Provinzoberin Sr. Gabriele Schachinger, eine weitere Schwester aus der Provinzleitung, Vorstand Eva Heigl oder Vorstand Gerhard Posch oder Ökonom Maximilian Haslbauer.

Termin 1: 28.09.2017, 13.00-16.30 Uhr

Termin 2: 16.11.2017, 13.00-16.30 Uhr

Kosten: keine

Anmeldung: Silvia Kirchberger

Tel.: +43 7242 25 19 52

vermittlung.provinzhaus@kreuzschwestern.eu



Christof Harrich



Michael Trebo



Provinzoberin
Sr. Gabriele Schachinger



Roswitha Porinski

Tipp 2

Visualisieren Strich für Strich

Bilder unterstützen Lern- und Arbeitsprozesse und fördern die Kreativität. In diesem Seminar machen Sie erste zeichnerische Schritte am Flipchart und erfahren, wie Sie Ihre Ideen schnell und aussagekräftig visualisieren. Zeichnen zu können, ist keine Voraussetzung für die Teilnahme!

Zielgruppe: alle MitarbeiterInnen

Referent: Michael Trebo, Mediendesigner, Lektor für Präsentationstechnik

Termin: 20.09.2017, 8:30-16:30 Uhr

Ort: Seminarraum der Akademie Wels

Kosten: 230 Euro

Tipp 4

Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

Das Ziel des Hospizlehrgangs ist die Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer sowie mit den Erfordernissen der Begleitung schwerkranker Menschen.

Zielgruppe: Personen aus Gesundheitsberufen, aus Familien-, Behinderten- und Altenarbeit. Ehrenamtlich Interessierte.

Leitung: Roswitha Porinski und Sabine Leithner, akad. Expertinnen Palliative Care

Termin: Modul 1: 07.-09.09.2017, 9-17 Uhr

Kosten: 825 Euro für alle 6 Module

Informationen: sabine.leithner@akademie-wels.at; Tel.: +43 7242 415-93730.

Anmeldeschluss ist der 04.08.2017

INFOS UND ANMELDUNG

Weitere Details zu den Angeboten finden Sie, wenn nicht anders angegeben, auf www.akademiewels.at. Ihre Ansprechpartnerin in der Akademie ist **Christine Ries**, christine.ries@akademiewels.at; Tel.: +43 7242 350 836 6576.



Lauter Lieblinge

Eine
von uns

Wir alle haben unser Lieblingsland, unser Lieblingshobby, unser Lieblingsbuch. Wie ist das bei Ihnen? Gesundheits- und Krankenpflegerin Teresa Gajewska vel Oldakowska von der Privatklinik der Kreuzschwestern in Graz hat uns ihre Lieblinge verraten.

Liebling 1

Sommer in Polen

Wenn ich barfuß durch den Sand gehe und die kühle Brise der Ostsee auf meiner Haut spüre, weiß ich, ich bin daheim. Polen ist mein Heimatland, auch wenn ich der Liebe wegen schon lange in Graz lebe. Ein Großteil meiner Familie lebt in Polen. Ich mag die vielfältige Natur dort. Die Berge im Süden, wo ich gerne wandere, die wunderbaren Strände im Norden. Urlaubszeit ist Heimatzeit.

Liebling 2

Workout mit Zumba

Wenn ich mich nach anstrengenden Tagen so richtig erholen will, muss ich mich auspowern. Am liebsten mit Zumba. Tanz, Sport, Rhythmus, das behagt mir, macht mich im Kopf frei und in der Kondition stark. Die lässt sich auch beim Radfahren, Nordic Walken, Schwimmen und Wandern tanken. Ich mache das alles gern, aber Zumba liebe ich.

Liebling 3

Mein Traumberuf

Mit 15 habe ich schon beschlossen, Krankenschwester zu werden. Ich habe diese Entscheidung nie bereut. Ich freue mich gerne mit den Menschen über ihre gesundheitlichen Fortschritte, auch wenn es manchmal anstrengend ist. Nicht immer wird ein Mensch gesund, manchmal ist der Zeitdruck enorm. Aber ich bekomme so vieles zurück. Und deswegen gehe ich auch nach dreißig Jahren noch immer gerne in den Dienst.

Liebling 4

Abenteuer im Kopf

Wenn meine Familie nichts von mir hört, bin ich hinter einem Buch verschwunden. Dort erlebe ich die größten Abenteuer, die man sich vorstellen kann. Als Jugendliche habe ich die Erlebnisse Reisender geliebt, später die aufregenden Geschichten der HeldInnen alter Sagen. Bis heute beame ich mich mit Büchern gerne in andere Welten.



Teresa Gajewska vel Oldakowska

ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und arbeitet seit 23 Jahren in der Privatklinik der Kreuzschwestern in Graz. Sie ist spezialisiert auf den Bereich der pädiatrischen Krankenpflege und absolvierte die Weiterbildung „Komplementäre Pflege – Aromapflege“.

**Bestens betreut mit
Technik und Engagement
zum Wohle des Menschen.**

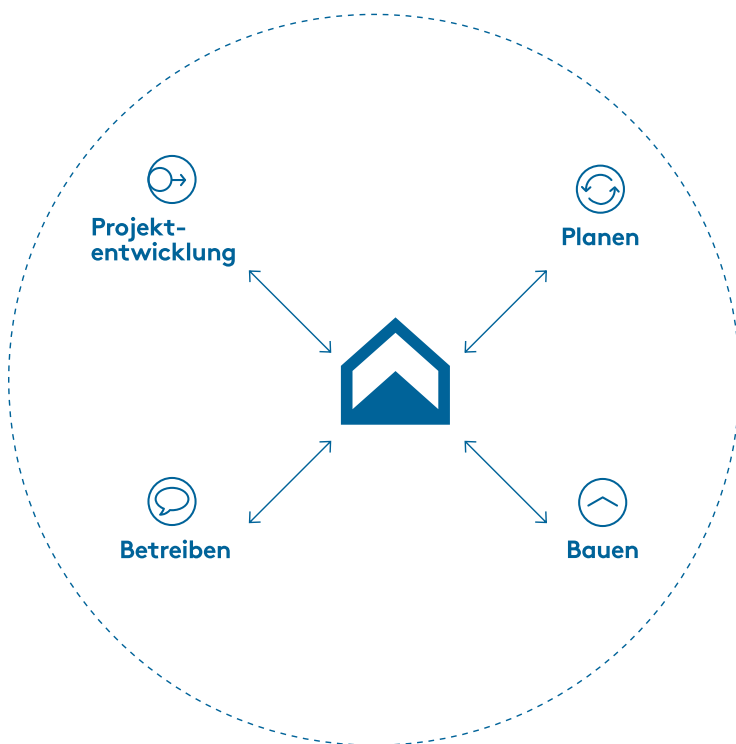
OMS
Ihr Objekt bestens betreut.



Wir - die OMS - sind ein Dienstleistungsunternehmen der Kreuzschwestern und stellen in unserer täglichen Arbeit nicht nur das Objekt, sondern auch immer den Menschen in den Mittelpunkt. Als Spezialist für die umfassende Betreuung von Immobilien aus den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales unterstützen wir Sie in allen Belangen, welche die Projektentwicklung, das Planen, Bauen oder Betreiben mit sich bringen.

Ob Krankenhaus, Pflegeheim, Ordination, Schule, Kindergarten oder Ordensliegenschaft: Bei uns ist Ihr Objekt in guten Händen. Mit unseren modularen Leistungspaketen bieten wir Ihnen eine umfangreiche Bandbreite an Diensten. Gerne übernehmen wir Ihr Projekt im Rahmen unserer Zusammenarbeit zur Gänze oder konzentriert auf Teilleistungen, die individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind.

**Wir geben Ihren Ideen Raum.
Heute, morgen und in Zukunft.**



Ein Unternehmen
der Kreuzschwestern.

OMS GmbH

Römerstraße 1,
4600 Wels

T — 0043 7242 9010-0
office@oms.co.at

www.oms.co.at