

„Wenn etwas nicht mehr möglich ist, verändere es so, dass es anders möglich wird!“

Möglichkeiten¹ der Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung ohne physischen Kontakt

Unter den gegebenen Umständen, die uns das Corona-Virus beschert, möchten wir Ihnen **Vorschläge für den Umgang mit Sterben, Tod und Trauer** anbieten, wie Sie der **emotionalen Verbundenheit** trotz der physischen Trennung **Ausdruck verleihen können**:

- ✓ **Treten Sie aktiv, regelmäßig und verlässlich in persönliche Beziehung mit betroffenen Menschen - telefonisch, SMS, WhatsApp, skypen, zoomen, Videotelefonie, E-Mail, Briefe, etc. ...**
- ✓ **Wichtig:** Besprechen Sie vor der Umsetzung der untenstehenden Vorschläge Ihre Wünsche mit dem Personal der Einrichtung und informieren Sie sich vorab über aktuelle Beschränkungen. Arbeiten Sie so gut wie möglich mit dem Personal zusammen. Die Betreuenden können Ihnen beim Kommunizieren mit Kranken behilflich sein, zugleich wird ihnen dzt. aber auch sehr viel abverlangt. Die Betreuenden brauchen Ihr Danke in diesen Tagen besonders!
- ✓ Befindet sich ein krankes Familienmitglied in einer stationären Einrichtung (stationäres Hospiz, Palliativstation, Krankenhaus, Pflegeheim): überlegen Sie vielfältige Kommunikationsmöglichkeiten, suchen Sie im Bekannten- oder Verwandtenkreis nach Unterstützung beim Einrichten technischer Hilfsmittel, falls nötig, organisieren Sie die Übergabe kleiner Präsente (Briefe, Fotos, etc. ...) an Kranke.
- ✓ Haben Sie den Mut, Nachrichten für Sterbende als Audionachricht aufzunehmen und zu verschicken.
- ✓ Überlegen Sie, Kranken und Sterbenden zu schreiben.
- ✓ Suchen Sie Lieder, Texte, etc., die den Erkrankten und Ihnen gefallen (könnten).
- ✓ Nutzen Sie alle kreativen Möglichkeiten – der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt: Lassen Sie, wenn Kinder als Angehörige betroffen sind, Abschiedsgeschenke zeichnen, basteln, Küsse mit Lippenstift auf Stofftaschentücher machen. Auch Sie selber können Händeabdrücke zu Hause auf Polyesterbezüge machen, Foto-Collagen erstellen, u.v.m.
- ✓ Organisieren Sie, dass all diese Dinge nach Absprache mit dem Personal der Einrichtung zu den Sterbenden gelangen. Sollte eine Übergabe aufgrund aktueller Einschränkungen nicht möglich sein, so können Fotos davon übermittelt werden.

¹ Erstellt von den Vorstandsmitgliedern des Dachverbandes Hospiz Österreich, Stand 24.03.2020, Aktualisiert am 16.4.2020 © Dachverband Hospiz Österreich

- ✓ Bitten Sie die Pflegepersonen vor Ort in den Einrichtungen, wenn möglich Fotos von den übergebenen Geschenken zu machen.
- ✓ Legen Sie anderen, ebenso betroffenen Menschen ein paar Blumen aus dem Garten, eine Karte mit persönlichen Worten, eine Zeichnung, die von Ihren Kindern gemalt wurde, ein Stück Kuchen, etc. als kleines Geschenk und Zeichen der Anteilnahme sowie Verbundenheit vor die Türe. Wir wünschen Ihnen, dass Ihr Umfeld das auch bei Ihnen macht!
- ✓ Sie können gemeinsam mit anderen Angehörigen und Nahestehenden weitere Rituale entwickeln: z.B. bereiten Sie ein Abschiedsgeschenk vor und heben es in einer besonderen Box auf, um es zu einem späteren Zeitpunkt zu übergeben. - Wenn jemand verstorben ist: verbrennen Sie z.B. Briefe und Gegenstände, die Sie mit dem/der Verstorbenen verbinden und bewahren Sie die Asche auf, diese kann später im Grab beigegeben werden.

Abschiednehmen, wenn der Tod eingetreten ist

- ✓ Abschiedsgeschenke vorbereiten und übergeben (am besten direkt an Bestatter*innen)
- ✓ Kerzen entzünden, Blumen, Bilder aufstellen – sich gegenseitig Fotos davon schicken
- ✓ Eine Verabschiedung von an Covid-19 verstorbenen Menschen am offenen Sarg ist bei Bestatter*innen aufgrund des Seuchengesetzes nicht möglich – fragen Sie bei den Bestatter*innen nach, ob es möglich ist, ein großes dünnes Seidentuch, selbst bemaltes Tuch, etc. für die Versorgung des Leichnams zur Verfügung zu stellen.
- ✓ Verabschieden Sie sich bei der toten Person, indem Sie die Hand auf den Sarg, die Urne, etc. legen. Es ist aktuell nichts Gegenteiliges bekannt, warum das nicht möglich sein sollte. Lediglich die Anzahl der Menschen beim Sarg, der Urne ist beschränkt.
- ✓ Begräbnisse im engsten Familienkreis sind erlaubt: bitte vorab noch mit Gemeinde/Magistrat telefonisch abklären. Bei Begräbnissen darf derzeit kein Weihwasser verwendet werden und keine Erde nachgeworfen werden (Gefahr der Übertragung durch Griffe). Man könnte daher eigenes Weihwasser und Erde aus dem persönlichen Umfeld mitnehmen. – Fragen Sie bei der Bestattung nach, ob es die Möglichkeit gibt, das Begräbnis live zu streamen. Einige Bestattungen in Wien bieten das bereits an.
- ✓ Organisieren Sie eine Familienandacht beispielsweise über eine WhatsAppKonferenz oder andere technische Hilfsmittel (Zoom, Skype, etc.) oder bitten Sie jemanden darum.
- ✓ Überlegen Sie jetzt gemeinsam mit der Familie und Nahestehenden, wie eine Verabschiedungsfeier zu einem späteren Zeitpunkt gestaltet werden kann – gehen Sie aktiv in die Planung oder bitten Sie jemanden, die Planung zu übernehmen.

Geben Sie diese Informationen in Ihrem sozialen Umfeld weiter. Es ist wichtig zu wissen, dass trotz der gegebenen Einschränkungen noch viel möglich ist. Die regionalen Hospizteams stehen Ihnen gern unterstützend zu Seite. www.hospiz.at