

FOKUS Palliative Care

Nr. 2

Das Magazin für Palliative Care im Kanton Zug

Spiritualität: Am Ende des Lebens ganz zu sich kommen

Die Seele pflegen

**Spiritual Care im
stationären Bereich**

Seite 6

Mit dem Innersten verbunden

**Spiritualität – eine
Ressource auch bei Demenz**

Seite 10

Gemeinsam trauern

**Erfahrungen im Zuger
TrauerCafé**

Seite 12

Herausgegeben von

Sommer 2017

Palliativ Zug

vernetzt – informiert – sensibilisiert

Inhalt

Editorial	3
Die heilende Kraft der Spiritualität	4
Spiritual Care im stationären Bereich	6
Zu Hause sterben	8
Spiritualität – eine Ressource auch bei Demenz	10
Erfahrungen im Zuger TrauerCafé	12
Angebote für Betroffene, Angehörige und Fachleute	17
Adressen und Kontakte	18
Ihr Beitrag zählt	19

Impressum:
Herausgeberin: Verein Palliativ Zug **Auflage:** 5000 Exemplare. Erscheint 1x jährlich im Sommer **Projektleitung:** Irene Dörig, ID Consulting, Marketing & Kommunikation; Birgit Hermes, Palliativ Zug **Bilder:** Eva Arte Gesundheitspraxis **Layout:** Rahel Meyer Grafik & Illustration **Lektorat:** korrektorium Petra Meyer **Anzeigen:** Sandra Ulrich **Druck:** Anderhub Druck-Service, Rotkreuz **Kontakt:** Palliativ Zug, Neuhofstrasse 21, 6340 Baar, Telefon 041 729 29 20, info@palliativ-zug.ch, www.palliativ-zug.ch © Verein Palliativ Zug

Die spirituelle Kraft von Bildern

Eva Maria Burkey
Kunst- und Maltherapeutin Palliative Care
gesundheitspraxis-evaarte.ch

Diese Ausgabe von FOKUS bereichern Bilder aus der Maltherapie mit Palliativpatientinnen und -patienten und ihren Angehörigen.

Über die «spirituelle» Kraft von Bildern zu schreiben, ist so schwierig, wie den Duft einer Blume in Worten erfahrbar zu machen. Trotzdem möchte ich es versuchen.

In Bildern der Maltherapie geht es nicht um «Kunst» oder «heilige» Bilder. Der Sinn des Malens ist es, offen zu sein, immer wieder zu

verwandeln, um all den versteckten Geheimnissen unseres Selbst Raum zu geben, mit der inneren Stimme in Beziehung zu treten, unseren Zweifeln, Ängsten, aber auch unserer Lebensfreude zu begegnen. Die Ergebnisse haben einen ähnlichen Stellenwert wie Röntgenbilder in der Medizin: Sie erlauben einen authentischen kurzen Blick auf unsere Erwartungen, Gedanken, unser Handeln und unsere Hoffnungen. Bilder, die so entstehen, setzen keine besondere Begabung voraus, sie werden von den Bedürfnissen des Körpers und der Seele geführt – bis unsere Bildspuren zu sprechen beginnen und uns auffordern, ihnen zuzuhören.

Unterstützt vom
Kanton Zug

Editorial



Martin Pfister
Regierungsrat des Kantons Zug

Liebe Zugerinnen und Zuger
Geschätzte Damen und Herren

Am Thema dieser Ausgabe habe ich als Gesundheitsdirektor ein doppeltes Interesse: Wer krank ist, der ritzt an den Grenzen des Lebens oder überschreitet sie. Eine Krankheit zeigt persönliche Grenzen auf, Kräfte schwinden, man ist in seinem Menschsein eingeschränkt. Die Endlichkeit des Lebens ist Kranken und Sterbenden näher als Gesunden. Spiritualität beschäftigt sich mit den Grenzen des Lebens. Insofern ist die spirituelle Pflege oder die Spitalseelsorge – wie sie etwas altertümlich, aber nicht weniger zutreffend genannt wird – eine wichtige Antwort auf die Realität von Kranken und Sterbenden.

Bild: «Hoffnung»



Unsere Ohren schenken

Mein zweites Interesse liegt in der banalen Erkenntnis, dass Gesundheit mit psychischer Gesundheit und Lebenszufriedenheit zusammenhängt. Wer seine Genesung mit Zuversicht und einer positiven Haltung begleitet, wird oft schneller gesund. Spiritualität ist unter anderem ein Ausdruck kultureller Erfahrung, wie man mit schwierigen Situationen umgeht. Eine gute und wirksame Gesundheitsversorgung schafft deshalb Raum auch für diesen Teil der Heilung.

Wir finden in diesem Heft ganz unterschiedliche Sichtweisen auf das Thema «Spiritual Care». Ihnen gemeinsam ist, dass alle Personen, die Menschen in einer palliativen Situation betreuen und begleiten, dem Zuhören grossen Raum geben. Von Sokrates wird der Spruch überliefert: «Die Natur hat uns zwei Ohren, zwei Augen, aber nur eine Zunge gegeben, damit wir mehr hören und sehen als sprechen.» Spiritual Care ist ein Aufruf, Kranken und Sterbenden unsere Ohren zu schenken.

Bild: «Zuversicht»



Die heilende Kraft der Spiritualität

«Wenn Sie zurückblicken auf die vergangenen Jahre in Ihrem Leben: Was hat Ihnen Kraft gegeben bei Lebens- oder Gesundheitskrisen? Was hat Ihnen geholfen, einen schmerzreichen Weg anzunehmen und immer wieder den nächsten Schritt zu wagen?»

Tobias Karcher SJ
Leitung Lassalle-Haus

Sind diese Fragen für Sie ungewohnt? Es sind Fragen, die die spirituelle Dimension in unserem Leben ansprechen. Spiritualität kann zu einer sehr wertvollen Kraftquelle werden, insbesondere in Zeiten der Krise. Der Begriff der Spiritualität ist recht jung und hat sich in der deutschen Alltagssprache erst in den 1990er-Jahren etabliert. Er hat seine Wurzeln in der Humanistischen Psychologie und in den Meditationsbewegungen, die als nicht religionsgebundene Formen von Geistigkeit unsere westlichen Gesellschaften am Ende des letzten Jahrhunderts prägten. Seitdem ist auch ein Auflösen der kulturellen und kirchlichen Milieus und Traditionen zu beobachten: Institutionen werden zunehmend mit Skepsis betrachtet, während das Individuum immer mehr in den Vordergrund rückt. Die subjektive Erfahrung wird zum entscheidenden Massstab.

Spiritualität als Verbundenheit und Vertrauen

Während Religionen für ein organisiertes System von Glauben, Praxis, Symbolen, Riten stehen, ist Spiritualität ein viel weiterer und – zugegeben – auch etwas unscharfer Begriff. Spiritualität könnte definiert werden als das Überschreiten der Grenzen der eigenen Selbstgegebenheit und als ein Sich-Öffnen hin auf eine grössere Wirklichkeit. Diese

Wirklichkeit kann weltübersteigend, also «transzendent» sein oder sich auf diese Welt beschränken. Wie können wir diesen Begriff von Spiritualität als Grunderfahrung des Menschen näher beschreiben? Einmal steht Spiritualität für Selbstakzeptanz und Selbstentfaltung. Positive soziale Beziehungen und Beziehungsfähigkeit gehören ebenso dazu wie das intensive Erfahren der Natur. Es geht also um eine Haltung der Achtsamkeit, des Vertrauens sowie um ein Verbundensein mit anderen Menschen, mit der Natur und dem Kosmos.

Lebenszufriedenheit zur Prävention und als Bewältigungsstrategie

Neben der wachsenden Bedeutung von Spiritualität entwickelte sich in den Gesundheitswissenschaften die sozialwissenschaftliche Lebensqualitätsforschung. Das «subjektive» Wohlbefinden erhält neben den «objektiven Lebensbedingungen» grösseres Gewicht. In der Gesundheitspsychologie, der Altersforschung und der Psychotherapie wird eine Defizitorientierung durch eine Ressourcenorientierung ergänzt. Personale Ressourcen wie Lebenszufriedenheit, Sinnerfüllung sowie säkular oder religiös motivierte Bewältigungsformen werden als wesentlich erkannt für die Prävention und Bewältigung von Erkrankungen. So formulierte die Konferenz der Weltgesundheitsorganisation in Bangkok im Jahr 2005, dass zu einem Genesungs- und Heilungsprozess Körper und Geist ebenso dazugehören wie die sozialen Beziehungen

und die spirituelle Dimension. Spiritualität wird dabei als ein breiteres, der Religiosität übergeordnetes Konzept aufgefasst.

Spiritualität – eine Quelle der Kraft auch im Spital

Die spirituelle Erfahrung des Menschen ins Gespräch zu bringen und als Kraftquelle zu entdecken, ist ein zentrales Ziel von Spiritual Care. Ein eigens entwickelter Fragebogen zur Erhebung einer «spirituellen Anamnese» zu Beginn eines Spitalaufenthalts mag die Praxisrelevanz aufzeigen: Was gibt Ihnen Hoffnung? Gibt es etwas, das Ihrem Leben einen Sinn verleiht? Was sind Schlüsselerlebnisse in Ihrem Leben – menschliche Begegnungen, Naturerlebnisse? Wofür sind Sie dankbar? Was hat Ihnen bei der letzten Lebens- oder Gesundheitskrise Kraft gegeben? Was hat Ihnen geholfen, schwere Situationen durchzustehen? Wer ist Ihr wichtigster Gesprächspartner in Bezug auf spirituelle und Glaubensüberzeugungen?

Gesundheitsfachpersonen brauchen ein Basiswissen zur spirituellen Dimension des Menschen.

Ärztinnen und Ärzte sowie Pflegende sollen nicht Seelsorgende werden, die es nach wie vor am Krankenbett braucht. Doch ebenso wie Seelsorgende im Spital über medizinische Grundkenntnisse verfügen sollten, so brauchen die Gesundheitsberufe ein Basiswissen zur spirituellen Dimension des Menschen.

Das Lassalle-Haus in Edlibach bietet einen einjährigen **Lehrgang Spiritual Care** für Gesundheitsfachpersonen an. In Basis- und Vertiefungsmodulen werden die verschiedenen Aspekte von Spiritual Care erarbeitet. Weiterführende Informationen und Kontakt:

🌐 lassalle-haus.org

✉ elke.casacuberta@lassalle-haus.org

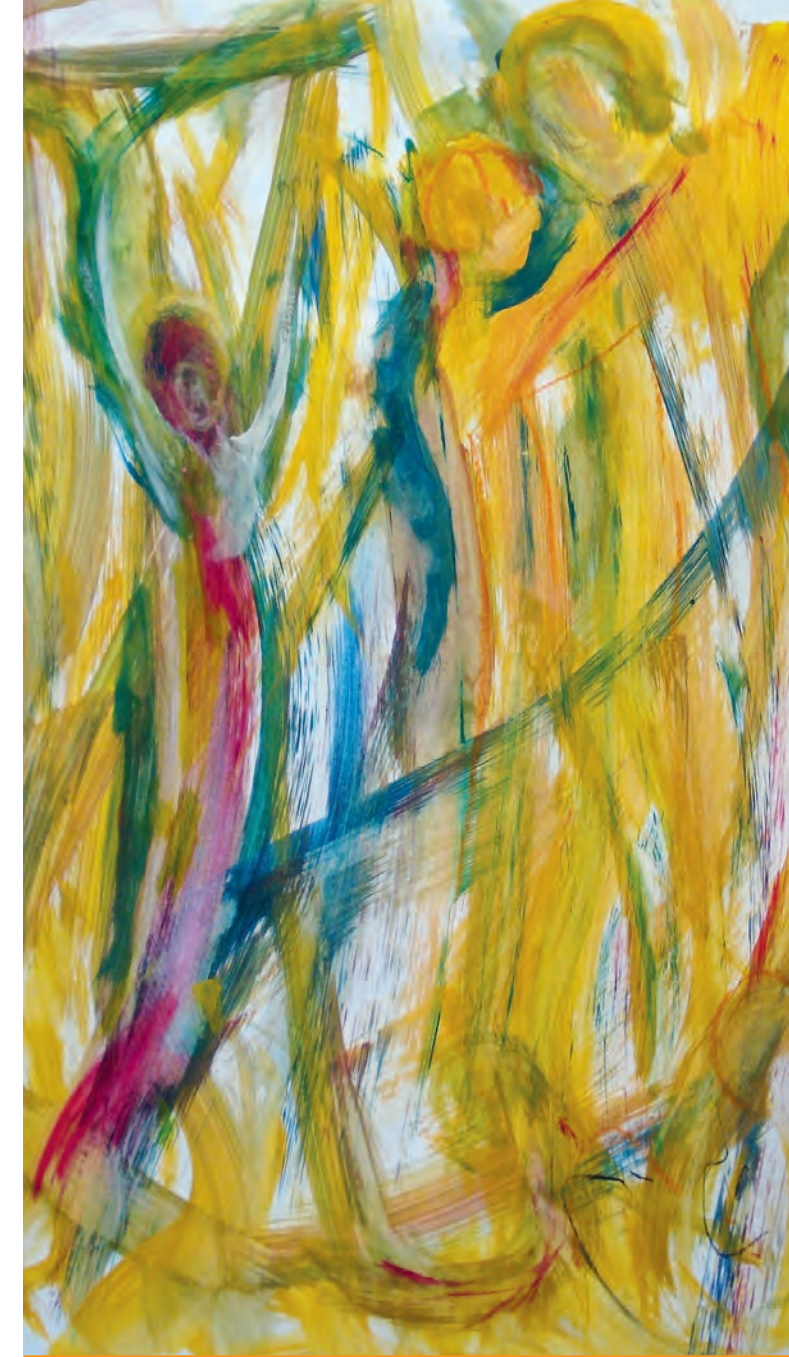


Bild: «Unser Kind geht – wir als Paar bleiben»



Bild: «Jeden Tag erlebe ich mich anders»

Spiritual Care im stationären Bereich

Was bedeutet Spiritual Care im Spital? Neben der Präsenz christlicher Kirchen am Krankenbett ist die Pflege der Seele auch im stationären Bereich eine wichtige Aufgabe aller Beteiligten.

Simone Rüd
Spitalseelsorgerin, Zuger Kantonsspital

Die österreichische Religionswissenschaftlerin Birgit Heller definiert Spiritualität als eine Basisqualität des Menschen – eine Fähigkeit, die allen Menschen eigen ist und sich in Sinnsuche, Sinngebung und (Selbst-)Transzendenz manifestiert. Bei einer schweren Erkrankung ist die Frage des «Warum» und «Wozu» also eine zutiefst menschliche Reaktion, bewusst oder unbewusst.

Spiritualität – eine Aufgabe aller Beteiligten

Das hat Folgen für alle, die mit schwer kranken Menschen arbeiten. Roland Kunz, Chefarzt für Palliative Care am Stadtspital Waid in Zürich, sagt dazu: «Um in der Palliative Care arbeiten zu können, braucht es Spiritualität im Sinne der Bereitschaft, sich ganz existenzielle Gedanken über das eigene Leben zu machen.» Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen bei diesen grundlegenden Fragen zu begleiten, ist also Aufgabe aller Beteiligten, die auf dem Gebiet der ganzheitlichen

Betreuung schwer kranker Menschen mitarbeiten. Im Zuger Kantonsspital sind wir Spitalseelsorgenden auf allen Abteilungen präsent. Dies ist zunächst ein Angebot. Wir stellen uns bei den Patientinnen und Patienten unangemeldet vor. Manchmal werden wir herzlich willkommen geheissen, weil das Vis-à-vis etwas erwartet. Vielleicht ist die Patientin oder der Patient sogar dankbar für ein Gespräch mit einer aussenstehenden Person, die weder medizinisches Fachpersonal ist noch aus der Familie stammt. Manchmal gibt es aber auch skeptische, selten ablehnende Reaktionen. Und manchmal braucht es Zeit: für ein Kennenlernen und behutsames Herantasten an das Seelsorgegespräch.

Mit allen Sinnen da sein

Bei einer ersten Begegnung geht es zunächst darum, zu erfahren, was eine Patientin oder einen Patienten beschäftigt. Das erfordert die Anwesenheit mit allen Sinnen und manchmal auch «die Gunst der Stunde». Dazu ein Beispiel: Ein Patient wird bei bekannter Krebsdiagnose wegen unerträglicher Schmerzen ins Spital eingeliefert. Beim Erstkontakt mit mir sagt er: «Wenn Sie schon mal da sind, dann bleiben Sie ein wenig. Aber mit Kirche habe ich wenig am Hut.» Im Lauf des Gesprächs erzählt mir der Mann von seinem ehemaligen Beruf, seiner Familie, seinen vielfältigen Hobbys. Und vor allem auch von seinen vielen Plänen, die er noch umsetzen möchte.

«Bleiben Sie doch noch ein wenig.»

Aus diesem «ein wenig bleiben» entsteht ein langes Gespräch, weitere folgen. Dabei geht es um die Identität des Mannes, um seine Ressourcen, um die Würdigung seines Lebens. Während des Spitalaufenthalts verschlimmern sich die Schmerzen so sehr, dass der Patient nur noch einen Wunsch hat: «Lasst mich sterben!» In einem gemeinsamen Gespräch diskutieren Pflege, Arzt, Familie und Seelsorgerin am Bett des Patienten die aktuelle Situation. Dabei wünscht sich der Patient vom Arzt, dass er ihm ausreichend Schmerzmedikamente verordne. Gleichzeitig bittet er mich, mit ihm und der Familie zu beten. Danach meint er: «Schauen Sie doch wieder mal vorbei.» Am folgenden Tag stirbt er.

Eine Herausforderung auch für Angehörige

Auch Gespräche mit Angehörigen gehören selbstverständlich zu den Aufgaben von Spitalseelsorgenden, sofern sie dies wünschen. Dazu ein zweites Beispiel: Ein schwer kranker Patient soll am nächsten Tag in eine Langzeitinstitution verlegt werden. Die Pflegefachperson merkt, dass die Ehefrau ein Gespräch wünscht, hat aber selber zu wenig Zeit dafür. Im Kontakt mit mir stellt sich dann heraus, dass sich die Ehefrau grosse Vorwürfe macht, weil sie ihre Zustimmung zur Verlegung in ein Pflegeheim gegeben hat. «Wir haben doch versprochen, füreinander da zu sein, in guten und in schlechten Tagen.» Im Gespräch wird klar, dass sie bis jetzt sehr viel für ihren Mann getan hat. Sie gesteht sich aber auch ein, dass sie die Pflege, die im jetzigen Zustand erforderlich ist, nicht mehr leisten kann. Trotzdem kann sie, auf andere Weise, weiterhin für ihren Mann da sein. In der Folge meldet sich die Ehefrau noch zweimal bei mir: einmal, um zu erzählen, wie im Pflegeheim der Priester, der die Muttersprache des Patienten spricht, für die Spendung der Sakramente kam (dies hatte ich in Absprache mit dem Patienten organisiert). Das zweite Mal telefoniert die Frau, um mir mitzuteilen, dass ihr Mann gestorben sei.

Religiöse Bedürfnisse können wachsen

Zusammenfassend kann festgehalten werden: Spiritual Care ist nicht allein die Aufgabe der Seelsorge. Zuhören, manchmal auch nur Mit-Aushalten, braucht Raum und Zeit. Dies können Spitalseelsorgende anbieten und leisten aufgrund ihrer Fachkompetenz spezialisierte Spiritual Care. Dabei ist es von Vorteil, wenn auch die Mitglieder des interprofessionellen Teams (Pflegefachpersonen, Ärztinnen und Ärzte, Patientenberatung u. a.) von diesen Ressourcen wissen und sie in konkreten Situationen anbieten. Religiöse Handlungen und Rituale sind nicht automatisch Teil eines Kontakts mit der Seelsorge. Der Wunsch danach kann aber daraus erwachsen.

Simone Rüd, lic. theol., MAS in Palliative Care (FH0), ist Spitalseelsorgerin am Zuger Kantonsspital (80%). Seit dem 1. Juli 2017 ist sie zudem Koordinatorin der Ökumenischen Seelsorge – Palliative Care Zug, die von der reformierten und der katholischen Kirche getragen wird.

Zu Hause sterben

Vielleicht ist das ja etwas seltsam, aber ich weiss nicht, wie ich die Spiritual Care von der physischen Betreuung trennen soll, so wie ich sie als Pflegefachfrau jeden Tag lebe. Denn die Grenze zwischen den zwei Bereichen ist künstlich und es gibt sie nur, solange wir unterscheidend denken.

Evi Ketterer

Spezialistin für Palliative Care, Spitex Kanton Zug

Wenn ich nach meiner Bewältigungsstrategie im Umgang mit dem Sterben meiner Patientinnen und Patienten und meinem eigenen Tod gefragt werde, dann entspricht das Zitat von Pierre Teilhard de Chardin meiner Erfahrung: «Wir sind keine menschlichen Wesen mit einer spirituellen Erfahrung, sondern spirituelle Wesen mit einer menschlichen.» Ist der Ursprung unseres Seins das Körperliche oder das Spirituelle? Oder ist es beides gleichzeitig, je nach Perspektive und wo wir gerade stehen im Leben? Als Pflegefachfrau möchte ich nicht entweder als menschliches oder als spirituelles Wesen pflegen, sondern sowohl als auch. Dafür muss ich es aber auch wagen, mich auf Verbundenheit einzulassen und mich dem Nicht-Wissen der existenziellen Fragen nach Leben und Tod zu öffnen. Eine Herausforderung – auch für mich.

Die Menschen mit dem kommen lassen, was für sie im Vordergrund ihres Seins steht.

Dem Sterben entgegenlächeln dürfen

Als ich neulich Loretta betreute, erzählte mir deren Tochter, dass ihre Mutter eine gelehrte und musisch begabte Frau sei, die Piano gespielt habe. Sie wunderte sich, dass die Mutter im Sterbeprozess daran kein Interesse mehr hatte. Ich wunderte mich auch – allerdings über etwas ganz anderes: Ich fragte mich, ob ich etwas von Loretta als Ganzes nicht mitbekomme. Eine Antwort bekam ich nicht, doch Loretta sagte, dass sie müde sei und sterben möchte. Dabei lächelte sie und wir freuten uns gemeinsam darüber, dass diese Aussage kein bisschen unpassend war. Loretta lebte ihre Gegenwart des Sterbens, sie war sie selber und wunderbar. Spiritual Care ist für mich, dass ich das nicht hinterfrage, sondern die Menschen mit dem kommen lasse, was für sie im Vordergrund ihres Seins steht.

Existenziellen Fragen Raum lassen

Die Menschen, die ich im Sterben betreuen darf, sind meine Lehrerinnen und Lehrer. Vor über zwanzig Jahren kam ich zum Buddhismus, weil mich drei Fragen umtrieben: Wer bin ich? Was ist die Welt ohne mich? Was mache ich hier als Mensch? Ich war damals schon Pflegefachfrau und spürte ein tiefes Bedürfnis, sterbende Menschen zu betreuen. Mein Beruf und meine spirituelle Praxis liessen sich nicht trennen. Intuitiv wusste ich, dass meine Fragen und das Sterben der Pa-

tientinnen und Patienten etwas mit meinem eigenen Sterben zu tun haben und auch mit meiner Angst, mich dem Thema zu nähern. Zehn Jahre war ich als Zen-Nonne ordiniert und suchte nach Antworten, aber auch nach Methoden, den Sterbenden besser beistehen zu können. Ich kam in Kontakt mit meinem Nicht-Sein und meiner Angst vor dem Tod. Nie werde ich die Angst von Sterbenden kleinreden, doch der Kontakt mit der Angst war nötig, um darüber hinauszuwachsen und sie mit meinen Patientinnen und Patienten auszuhalten.

Individuelle Bewältigungsstrategien respektieren

Wir alle finden im Lauf unseres Lebens Bewältigungsstrategien, um mit unserer Vergänglichkeit umzugehen. Oft verwechseln wir dann Strategie mit Wirklichkeit. Wenn die Bewältigungsstrategie funktioniert, ist es kein Problem, solange es niemand anderem schadet. In dieses schwierige Thema kommen dann aber sowohl die Medizin wie auch individuelle Glaubenshaltungen: Wenn jemand den eigenen Glauben als einzige Wahrheit versteht, dann ist das für das Um-

feld unter Umständen schwer zu akzeptieren und nachzuvollziehen. Und wenn Mediziner zeigen möchten, dass eine Krebserkrankung besiegt ist, dann verbringen Patienten, die keine Alternativen sehen, vielleicht den Rest ihres Lebens mit Operationen und Chemotherapien im Spital. Ich pflege Menschen mit ihren individuellen Grundhaltungen, wenn ich den Auftrag habe, respektiere ihre Autonomie und betreue sie mit allen meinen fachlichen und menschlichen Möglichkeiten. Zudem glaube ich zutiefst, dass es Teil der Aufgabe von uns Spezialistinnen und Spezialisten in Palliative Care ist, dass wir dem Menschen als Individuum und der Gesellschaft als Ganzes Sorge tragen: Auch das gehört für mich zu Spiritual Care.

Evi Ketterer arbeitet als Spezialistin für Palliative Care bei der Spitex Kanton Zug. Sie ist Autorin des Buches: Geschichten intimer Beziehungen. Sterbebetreuung einmal anders erzählt. ISBN 978-3-7345-3281-8, erhältlich bei amazon.ch oder tredition.de.

Bild: «Was der Krebs mit mir macht»



Spiritualität – eine Ressource auch bei Demenz

Spiritualität hat mittlerweile alle Gesellschaftsschichten erreicht. Zur Anerkennung und Förderung dieser Dimension trägt besonders die Definition und die Praxis von Palliative Care bei: Spiritualität gehört gemäss diesem Ansatz zum ganzheitlichen Menschenverständnis. Auch bei Menschen mit Demenz können spirituelle Erfahrungen als Ressource genutzt werden.

Christoph Schmid
Reformierter Theologe und Gerontologe

Was ist Spiritualität? Die Definitionen und Beschreibungen sind vielfältig und es ist nicht so einfach, sich eine präzise Vorstellung davon zu machen. Im Rahmen von Palliative Care hat sich die angloamerikanische Tradition etabliert. Sie versteht Spiritualität als existenzielle Grunddimension des Lebens. Dazu gehören die drei grossen Fragen der Menschheit, welche schon die griechischen Philosophen beschäftigt haben: Woher komme ich? Wohin gehe ich? Was macht den Sinn meines Lebens aus?

Spirituelle Erfahrungen – bei jedem Menschen anders

Der deutsche Diplomat, Psychotherapeut und Zen-Lehrer Karlfried Graf Dürckheim (1896–1988) geht von drei Grundnöten des Menschen aus und beschreibt als Spiritualität die drei Grunderfahrungen von Aufgehobensein, Kraft und Sinn. Als Menschen sammeln wir im Lauf unserer Entwicklung die entsprechenden Erfahrungen dazu – und speichern sie im spirituellen Zentrum unseres Gehirns ab. Versuche aus dem Bereich der Neurobiologie mit Magnetresonanztomografen haben gezeigt, dass wir Menschen über ein spirituelles Zentrum im Gehirn verfügen, das unter anderem auch mit dem

emotionalen, habituellen und kognitiven Zentrum verknüpft ist. Daraus kann abgeleitet werden, dass alle Menschen über spirituelle Erfahrungen verfügen. Dieses Zentrum und diese Verknüpfungen bleiben auch bei einer Demenz bestehen, sind aber für die erkrankten Menschen nicht mehr selbst abrufbar. Gleichzeitig müssen wir davon ausgehen, dass die spirituellen Erfahrungen und Ressourcen bei jedem Menschen anders sind.

Krisen bewältigen durch individuelle Spiritualität

Die Antworten auf die drei existenziellen Grundfragen – Wo und wann bin ich zutiefst aufgehoben und geborgen? Was gibt mir Kraft, Grenzen und Schwierigkeiten im Leben zu bestehen? Was macht mein Leben sinnvoll, dass ich jeden Tag wieder motiviert aufstehe? – schöpfen wir entweder aus konkreten Religionen oder aus anderen philosophischen und sozialen Angeboten.

Alle Menschen verfügen über spirituelle Erfahrungen.

Sie machen unsere Ressourcen aus. Sie unterstützen uns, schwierige Situationen im Leben wie Krisen, Schicksalsschläge, Diagnosen von unheilbaren Krankheiten, Verlusterfahrungen, Bettlägerigkeit im hohen Alter, Perspektive von Sterben und Tod zu

bewältigen. Pflegende und Betreuende können die ihnen anvertrauten Patientinnen und Patienten in Spitälern, Klientinnen und Klienten sowie Bewohnende in Institutionen in ihrer persönlichen Spiritualität unterstützen – wenn sie diese individuelle Spiritualität kennen. Dazu dienen Spiritual-Assessment-Instrumente. Bei hochaltrigen, kognitiv eingeschränkten und demenzkranken Menschen kann die individuelle Spiritualität kaum mehr direkt «erfragt» werden. Hilfreich ist dann das stellvertretende Wissen von Angehörigen und/oder vertrauten Menschen. Zusätzlich muss sich das Assessment in diesen Situationen in erster Linie auf die Beobachtung und Wahrnehmung und auf einzelne, spontan miterlebte Situationen abstützen (vgl. Spalte rechts).

Rituale als spirituelle Ressource nutzen

Menschen mit einer Alzheimer-Demenz erleben gemäss Beschreibung des Arztes Prof. Dr. Barry Reisberg von der New York University einen Krankheitsverlauf in sieben Schweregraden. Diese sogenannte Retrogenese (Rückwärtsentwicklung) bedeutet, dass sie ihre spirituellen Ressourcen zunehmend aus früheren Lebensphasen schöpfen – bisweilen bis zurück in ihre Kindheit. Darum sprechen Menschen mit Demenz nicht zuletzt besonders auf Rituale an. Zentral sind für die gegenwärtige Generation von hochaltrigen Menschen die Lieder, die sie als Kinder selber gesungen haben oder aus denen das Abendritual bestand. Das Volkslied «Hab oft im Kreise der Lieben» zum Beispiel stärkt sie, dass «alles, alles wieder gut wird», auch wenn die Tage trüb und verhangen sind. Und das Abendlied «I ghöre äs Glöggli» schenkt ihnen die Gewissheit, dass «dä Liebgott im Himmel» auch bei ihnen ist, wenn sie in vielen Belangen dieser Welt heimatlos geworden sind.

Christoph Schmid ist reformierter Theologe und Gerontologe. Bis 2014 war er Ressortleiter Gerontologie bei CURAVIVA Schweiz, jetzt ist er als Freelancer tätig zu Themen von Palliative Care und Spiritualität.

🌐 pall-care.ch

Spiritual Assessment «SpAss»:

🌐 institut-neumuenster.ch

Beispielfragen zur Beobachtung und Wahrnehmung von Spiritualität

Aspekt Aufgehoben-Sein

- In welcher Umgebung/Situation fühlt sich die Bewohnerin bzw. der Bewohner ganz geborgen?
- Welche religiösen oder andere Feiern sind ihr/ihm wichtig?
- Zu welcher Gruppe von Menschen (Familie, Verein, Kirche, Gemeinschaft) fühlt sie/er sich zugehörig?
- Inwieweit fühlt sie/er sich von transzendenten Mächten (Gott, Schutzengel, Heilige) getragen?

Aspekt Kraft, Zuversicht, Hoffnung

- An welchen Orten, mit welchen Gegenständen kann die Bewohnerin bzw. der Bewohner Kraft tanken?
- Welche Lebensweisheiten/Sprichwörter vermitteln ihr/ihm Halt und Sicherheit?
- Welche religiösen Rituale (Gebet, Kreuzzeichen, Feier) schenken ihr/ihm Kraft und Zuversicht?

Aspekt Sinn

- In welchen Situationen/bei welchen Tätigkeiten ist die Bewohnerin bzw. der Bewohner erfüllt?
- Welche sinnlichen Erfahrungen (Musik hören, Bilder/Natur sehen, essen, Gerüche, Berührungen) geniesst sie/er besonders?
- Auf welche Leistungen in ihrem/seinem Leben ist sie/er stolz?

Bild: «Traurigkeit»



Erfahrungen im Zuger TrauerCafé

Im Zuger TrauerCafé sind trauernde Menschen eingeladen, Trost und Kraft für ihren Alltag zu schöpfen. Sie teilen ihre Situation mit anderen, fühlen sich verstanden und ermutigen einander gegenseitig. Fachpersonen unterstützen mit Impulsen und Anregungen.

Franz-Xaver Herger
Ehemaliger Spitalseelsorger und Initiator des Zuger TrauerCafés

Spiritualität ist vergleichbar mit einer Quelle im Gebirge. Irgendwo tritt das Wasser aus dem Felsen oder aus der Erde. Oft verteilt es sich in kleinen Rinnsalen, findet wieder zusammen und belebt und durchwirkt alles, was mit ihm in Berührung kommt. In ähnlicher Weise lässt sich Spiritualität im TrauerCafé erleben, ohne dass explizit darüber gesprochen wird. In der monatlichen Zusammenkunft trösten, ermutigen und stärken sich die Teilnehmenden mit Unterstützung von zwei Fachpersonen. Der Tod eines Angehörigen oder eines vertrauten Menschen ist die gemeinsame Erfahrung, die sie miteinander verbindet. Der Trauer, dem eigenen Trauerprozess wird Raum und Zeit gegeben. Der geschützte Rahmen ist unabdingbare Voraussetzung für den persönlichen Austausch im Gespräch. Im Verständnis füreinander und im gegenseitigen Ernstnehmen wird die Trauererfahrung mit andern geteilt und hilft bei der eigenen Verarbeitung.

Raum für Trauer, Weinen, Schweigen, Reden, Lachen

Im Zentrum der Begegnungen steht das Wahrnehmen der eigenen Befindlichkeit und der Gefühle in der Krisensituation der Trauer. Dies erlebt jeder Mensch individuell.

Im Erzählen, im Einander-Zuhören und im Austausch von Sorgen, Ängsten und Gedanken erfahren die Teilnehmenden Trost, Kraft und Hilfe. Auch wenn sich die Gruppe immer wieder neu zusammensetzt, entwickelt sich eine grosse Vertrautheit. Alle wissen, dass sie sich nur so weit zu öffnen brauchen, wie es ihnen entspricht, und dass das Gesagte in diesem geschützten Raum verbleibt.

Spiritualität konkret erleben: beim Austauschen von Sorgen, Ängsten und Gedanken.

Lachen und Weinen, Schweigen und Reden finden entsprechend dem Bedürfnis ihren Platz. Die eigene, durch Schmerz und Leiden oft verengte Sicht wird erweitert und die Bewältigung der eigenen Situation erleichtert.

Quellen der Kraft wiederentdecken

Es ist für alle bereichernd, die verschiedensten Bewältigungsstrategien und Hilfen wahrzunehmen, mit denen die Teilnehmenden ihrer Trauererfahrung begegnen. Die Kraftquellen, die aus der Trauer und der depressiven Stimmung herausführen und zu neuem Lebensmut führen, sind sehr unterschiedlich. So helfen Gespräche mit Angehörigen und vertrauten Menschen, Wandern, Basteln, Hobbys, Ablenkungen verschiedenster

Art, Musik, Stille, Weinen, der Gang auf den Friedhof, um nur einige zu nennen. Entscheidend ist, den eigenen, individuellen Weg und die eigenen Ressourcen neu zu entdecken, kraft denen schon frühere Schwierigkeiten im Leben gemeistert wurden. Diese grundsätzlichen Gedanken des Konzepts widerspiegeln auf praktische Weise, was Traugott Roser und Eckhard Frick vom interdisziplinären Palliativzentrum München formuliert haben: «Unter Spiritualität wird die innere Einstellung, der innere Geist sowie das persönliche Suchen nach Sinngebung eines Menschen verstanden, mit denen er Erfahrungen seines Lebens, seiner Biografie und insbesondere auch existenziellen Krisen und Bedrohungen zu begegnen versucht.» Dies entspricht der Arbeit und Intention des TrauerCafés. Dabei geht es nicht um therapeutische Sitzungen, sondern um ein helfendes Gespräch auf der Basis eines freiwilligen Zusammenkommens.

Ein Angebot für alle

Zwei Mitglieder der Trägerschaft, erfahrene Personen in der Begleitung von Menschen in Krisensituationen, leiten die Zusammenkunft und verleihen Sicherheit und Vertrauen. Mit einem einführenden Impuls wird Raum geschaffen für das offene Gespräch. Weder religiöse, konfessionelle Aspekte, Rituale oder Gepflogenheiten noch die persönliche Spiritualität der Leitenden stehen im Vordergrund. Sie haben aber ihren Platz je nach dem Bedürfnis der Teilnehmenden und dem Verlauf der Begegnung. In dieser offenen und unaufdringlichen Atmosphäre findet das TrauerCafé statt und es gelingt auf diese Weise, einen breiten Personenkreis anzusprechen. Möglichst allen Menschen im Kanton Zug, unabhängig von Religion oder spiritueller Ausrichtung, soll dieses niederschwellige Angebot zur Verfügung stehen, damit von Trauer Betroffene wieder Freude am eigenen Leben empfinden.

Bild: «Übergang»



Das **Zuger TrauerCafé** bietet Angehörigen von Verstorbenen einen Raum der Gemeinschaft, der ermöglicht, dem Schmerz der Trauer zu begegnen und sich im Miteinander getragen zu fühlen. Es findet jeden ersten Freitag im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr im Alterszentrum Neustadt in Zug statt.

Die Trägerschaft des Zuger TrauerCafés setzt sich zusammen aus dem Verein Palliativ Zug, der katholischen und reformierten Kirche, der Spitex, der Krebsliga und dem Verein Hospiz Zug.

Raum für Wichtiges schaffen

Informationen suchen, planen, administrieren und organisieren – das kostet oft Zeit und Energie. Wenn sich Patientinnen und Patienten und deren Angehörige mit dem nahenden Tod auseinandersetzen müssen, werden Zeit und Energie aber für Wichtiges gebraucht.

Sarah Blanchard

lic. phil. I, Leiterin Kommunikation Leistungen,
CSS Versicherung

Mit der persönlichen Patientenbegleitung der CSS Versicherung helfen ausgebildete Gesundheits- und Sozialversicherungsfachleute auch Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Patientinnen und Patienten sowie Angehörige in dieser schwierigen krankheitsbedingten Lebenssituation erhalten Rat und tatkräftige Unterstützung,

Manchmal entlastet bereits das Finden des zu gehenden Wegs.

wo es sie braucht. Wenn bereits ein solides Netz an Hilfe gespannt, die medizinische Versorgung koordiniert und gut ist, braucht es keine zusätzliche Stütze. In anderen Situationen gilt es Lücken zu schliessen und zu entlasten. Dabei stehen die Patientinnen und Patienten und deren Bedürfnisse stets im Mittelpunkt.

Den eigenen Weg finden

Um helfen zu können, ist Vertrauen zentral. Die Fachpersonen der CSS klären in persönlichen Gesprächen mit allen Beteiligten, was es braucht, um dem Sterbenden die Situation zu ermöglichen, die er sich wünscht. Und manchmal entlastet bereits das Finden des zu gehenden Wegs. Die CSS-Mitarbeitenden stellen Fragen, versuchen zu verstehen,

zeigen Alternativen auf und legen dar, was unser Gesundheits- und Sozialwesen an Lösungen bietet.

Möchte jemand zu Hause sterben, koordinieren die Fachpersonen Pflege und Betreuung, wenn etwas fehlt – in Zusammenarbeit mit allen bereits aktiven Instanzen: Sie fragen nach ambulanten Massnahmen, organisieren Hilfsmittel oder Haushaltshilfen und klären versicherungstechnische Unklarheiten. Ist daheim zu bleiben nicht der gewünschte Weg, suchen die Spezialisten der persönlichen Patientenbegleitung einen Platz in einem nahegelegenen Hospiz, einer Palliativabteilung oder einem Spital. Sie klären Möglichkeiten, Bedingungen und Fristen.

Unterstützung im letzten Lebensabschnitt

In einer palliativen Situation müssen Entscheidungen trotz intensiver Gefühle wie Angst, tiefer Trauer oder banger Hoffnung getroffen werden: Welche Behandlung ist die passende? Wie organisieren wir diesen letzten Lebensabschnitt? Was bedeuten unsere Entscheidungen finanziell? Das Gespräch mit den Spezialisten der CSS hilft dabei. Es zeigt Möglichkeiten auf und liefert Antworten. Das schafft Raum für das wirklich Wichtige.

Mit der **persönlichen Patientenbegleitung** unterstützt die CSS Versicherung ihre Kundinnen und Kunden im Krankheitsfall sowohl administrativ wie auch bei der Koordination und Optimierung der Behandlung:

✉ patientenbegleitung@css.ch

☎ 0844 277 277

Zeit zu haben ist unbezahlbar

Niemand muss allein sterben. Die freiwilligen Begleiterinnen und Begleiter von Hospiz Zug haben Zeit, die innere Ruhe und das notwendige Fachwissen, um vor allem nachts am Bett von Sterbenden zu sitzen.

Frieda Waldispühl Zindel

Präsidentin Hospiz Zug

In Achtsamkeit da zu sein, zuzuhören, auf die Bedürfnisse des sterbenden Menschen einzugehen sowie die Angehörigen zu unterstützen – das hat sich Hospiz Zug zur Aufgabe gemacht. Dabei gilt jeder Mensch als gleichwertig, unabhängig von Religion, Status und Weltanschauung. Die kostenlosen Begleitungen – in enger Zusammenarbeit mit der Pflege – sind zu Hause, in Spitälern und Pflegeheimen möglich. Damit wird Entlastung für pflegende Angehörige und Fachpersonen angeboten. Das Angebot versteht sich nicht als Konkurrenz, sondern als Ergänzung zu den bestehenden, kostenpflichtigen Dienstleistungsangeboten.

Niemanden allein lassen

Die Dienstleistungen von Hospiz Zug werden sehr geschätzt, denn sie können letzte Herzenswünsche erfüllen. So schrieb ein älterer Herr dankbar an das Hospiz-Team: «Ein grosser Wunsch meiner lieben verstorbenen Frau war es, in der vertrauten Umgebung ihrer Familie sterben zu dürfen. Diesen Herzenswunsch konnten wir ihr mit Ihrer Hilfe erfüllen.» Fürsorglich und kompetent sei die Begleitung gewesen, besonders während der langen Nächte, und: «Es hat uns Entlastung in dieser schweren Zeit gebracht und das Gefühl, nicht allein zu sein.»

Entlastung von Angehörigen

Unterstützung bietet das Team von Hospiz Zug insbesondere schwer kranken und sterbenden



Bildausschnitt: «Spirale»

Menschen, die in der letzten Lebensphase begleitet werden möchten, und deren Angehörigen. Die Entlastung in Anspruch nehmen können aber auch Pflegedienste von Spitälern und Alters- und Pflegeheimen.

An Hospiz Zug wenden können sich zudem Organisationen, die sich für Beiträge – zum Beispiel Präsentationen – zur thematischen Auseinandersetzung mit Leben und Sterben interessieren.

Und selbstverständlich ist Hospiz Zug offen für Menschen, die sich selbst als freiwillige Begleiterinnen und Begleiter von Schwerkranken und Sterbenden engagieren möchten.

Seit 1992, der Gründung von **Hospiz Zug** als Freiwilligenorganisation in der Palliative Care, begleiten lebenserfahrene, ausgebildete Freiwillige schwer kranke und sterbende Menschen in ihrer letzten Lebensphase.

☎ 079 324 64 46 / Für Institutionen von 9 bis 11 Uhr und 14 bis 18 Uhr / 365 Tage

🌐 hospiz-zug.ch

Homöopathie in der Palliativmedizin

Die natürliche Wirkung der Homöopathie kann in der letzten Lebensphase Schmerzen lindern und dazu beitragen, dass Seele und Geist Ruhe finden.

Carmen Müller-Nigg

dipl. Homöopathin hfnh, SHI Haus der Homöopathie

Ein Mensch, der in den letzten Lebensabschnitt eintritt, ist mit verschiedenen Stadien konfrontiert. Oft bestand eine längere, chronische und therapierte Erkrankung, die später in eine palliative Situation übergeht. Eine umsichtige Begleitung und eine aktive, interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Fachrichtungen sind elementar für die bestmögliche Betreuung des Einzelnen.

Anwendungsmöglichkeiten der klassischen Homöopathie

Die homöopathische Behandlung kann in der Palliativmedizin sowohl ergänzend zu konventionellen, lebenserhaltenden Therapien (zum Beispiel während/nach einer Chemotherapie) wie auch in der Endphase einer Erkrankung eingesetzt werden. Sie ist dort sinnvoll, wo sie Symptome lindern und dadurch mehr Lebensqualität schaffen kann: So können Nebenwirkungen von Medikamenten geringer ausfallen und sich die Blutwerte von Kranken rascher erholen. Die Patienten schöpfen Zuversicht und entwickeln wieder mehr Appetit.

In der palliativen Behandlung kann der Körper zwar nicht mehr geheilt werden, es ist jedoch möglich, dass Seele und Geist Ruhe finden sowie Schmerzen vermindert werden.

Die homöopathische Behandlung

Im Gespräch oder – wo dies nicht mehr möglich ist – durch Beobachtung nimmt der Homöopath den ganzen Menschen mitsamt seinen Symptomen wahr. Der Ausdruck eines Menschen und die Wirkung einer homöopathischen Arznei finden immer auf allen Ebenen statt: in Körper, Geist und Seele.

Stehen Schmerzen im Vordergrund, ist das Ziel der Behandlung, diese zu lindern. Auch Beschwerden wie Atemnot, Husten, Verstopfung oder Durchfall, Übelkeit oder Erbrechen können vermindert werden. Tauchen Sorgen oder Ängste auf, die den Patienten sehr belasten, unruhig und schlaflos machen, hilft die Homöopathie auch da sanft und auf natürliche Weise. Dank der homöopathischen Begleitung kann eine gute Lebensqualität oft bis zuletzt erhalten werden.

Das **SHI Haus der Homöopathie** in Zug ist ein anerkanntes Kompetenzzentrum für klassische Homöopathie für Patienten mit akuten oder chronischen Erkrankungen.

☎ 041 748 21 71

✉ praxis@shi.ch

🌐 shi.ch

Palliative Care kompakt

Angebote für Betroffene, Angehörige und Fachleute

Ökumenische Seelsorge Palliative Care Zug

Zuhören – unterstützen – aus-halten. Spirituelle Begleitung von Schwerkranken und Angehörigen.

✉ seelsorge@palliativ-zug.ch

☎ 076 296 76 96



Weiterbildungsmodule zu Palliative Care

Die Angebotspalette ist vielfältig und richtet sich an Heime, Spitäler, Akutspitäler, Hausärztinnen und Hausärzte sowie Schulen. Ein Modul dauert ca. 1 Stunde.

🌐 Details: palliativ-zug.ch/veranstaltungen/weiterbildung

Zuger TrauerCafé – der Trauer Raum geben

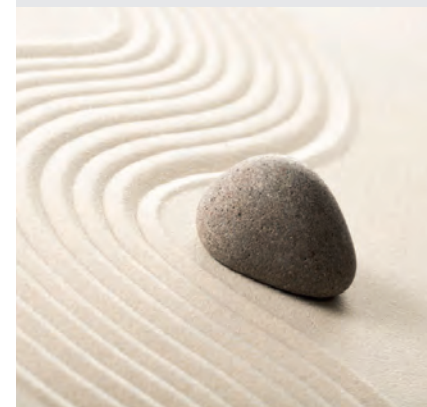
Das Zuger TrauerCafé bietet einen Raum der Gemeinschaft, der Angehörigen von Verstorbenen ermöglicht, dem Schmerz der Trauer zu begegnen und sich im Miteinander getragen und angenommen zu fühlen. Jeden ersten Freitag im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr im Alterszentrum Neustadt, Zug, ohne Anmeldung.

🌐 palliativ-zug.ch/veranstaltungen

Zuger Palliativ Forum

Einmal jährlich findet für Fachpersonen und Interessierte das Zuger Palliativ Forum zu aktuellen Themen statt. Schreiben Sie uns, wenn Sie die Einladung zum Zuger Palliativ Forum erhalten möchten.

✉ Termin: info@palliativ-zug.ch



Welt-Palliative-Care- und -Hospiz-Tag

Der internationale Aktionstag soll das Verständnis für Palliative Care und Hospizarbeit fördern. Er findet immer im Oktober statt. Palliativ Zug organisiert jeweils zusammen mit Partnerorganisationen Anlässe, um auf die oft tabuisierten Themen wie Tod, Sterben und Trauer aufmerksam zu machen.

🌐 palliativ-zug.ch/veranstaltungen

Netzwerk Lounge – Palliative Care Zug

Mehrmals im Jahr findet ein Erfahrungsaustausch für Fachpersonen und Freiwillige statt. Schreiben Sie uns bei Interesse oder melden Sie sich direkt an, wenn Sie Ihr Netzwerk und Ihr Wissen erweitern möchten.

✉ info@palliativ-zug.ch

🌐 Termine: palliativ-zug.ch/veranstaltungen/weiterbildung

Weitere Angebote und aktuelle Veranstaltungen finden Sie auf der Website **www.palliativ-zug.ch**.

Netzwerk Palliative Care Kanton Zug

Palliativ Zug

- Beratung
 - Öffentliche Veranstaltungen
 - Zuger TrauerCafé
 - Netzwerk Lounge
 - Zuger Palliativ Forum
 - Weiterbildungen
- 📍 Palliativ Zug
Informations- und Beratungsstelle
Neuhofstrasse 21
6340 Baar
- ☎ 041 729 29 20
✉ info@palliativ-zug.ch
🌐 palliativ-zug.ch

Alzheimervereinigung Zug

- Information
- Beratung
- Angehörigengruppe
- Kurs für Angehörige
- Alzheimer-Café
- Weiterbildungen
- Gedächtnistraining für Betroffene

📍 Schweiz. Alzheimervereinigung Zug
Geschäfts- und Beratungsstelle
Gotthardstrasse 30
6300 Zug

☎ 041 760 05 60
✉ info.zug@alz.ch
🌐 alz.ch/zg/

Hospiz Zug

Begleitung von schwer kranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen

📍 Hospiz Zug
Postfach 821
6301 Zug

☎ 079 324 64 46
✉ leitstelle@hospiz-zug.ch
🌐 hospiz-zug.ch

Krebsliga Zug

- Beratung und Unterstützung für Betroffene und Angehörige
 - Patientenverfügung
 - Trauerbegleitung
 - Haus- und Spitalbesuche
 - Kurse
- 📍 Krebsliga Zug
Alpenstrasse 14
6300 Zug
- ☎ 041 720 20 45
✉ info@krebssliga-zug.ch
🌐 krebssliga-zug.ch

Ökumenische Seelsorge Palliative Care Zug

- Unterstützung bei der Sinnsuche
 - Begleitung beim Abschiednehmen
 - Trauerbegleitung
- ☎ 076 296 76 96
✉ seelsorge@palliativ-zug.ch
🌐 palliativ-zug.ch

Pro Senectute Kanton Zug

- Hilfen zu Hause
- Patientenverfügung
- Vorsorgeauftrag
- Sozialberatung

📍 Pro Senectute Kanton Zug
Aegeristrasse 52
6300 Zug

☎ 041 727 50 50
✉ info@zg.prosenectute.ch
🌐 zg.prosenectute.ch

Spitex Kanton Zug

- Spezialisierte Fachbereiche: Palliative Care, Psychiatrie, Demenz
 - 24-Stunden-Pflege
 - Betreuung und Hauswirtschaft
 - Frischmahlzeitendienst
- 📍 Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 21
6340 Baar
- ☎ 041 729 29 29
✉ pallcare@spitexzug.ch
🌐 spitexzug.ch

Viva Luzern Eichhof

Palliative-Care-Plätze der Zuger Langzeitpflege

📍 Viva Luzern Eichhof
Steinhofstrasse 13
6005 Luzern

☎ 041 612 74 58
✉ palliative@vivaluzern.ch
🌐 vivaluzern.ch

Villa Sonnenberg Spital Affoltern am Albis

Kompetenzzentrum Palliative Care

📍 Palliativstation Villa Sonnenberg
Spital Affoltern
Sonnenbergstrasse 27
8910 Affoltern am Albis

☎ 044 714 38 11
✉ palliative@spitalaffoltern.ch
🌐 spitalaffoltern.ch

Zuger Kantonsspital

Basisversorgung Palliative Care

📍 Zuger Kantonsspital AG
Landhausstrasse 11
6340 Baar

☎ 041 399 11 11
✉ info@zgks.ch
🌐 zgks.ch

Palliativ Zug unterstützen

Für ein Leben in Würde, bis zuletzt

Möchten Sie unser Engagement für Menschen mit unheilbaren, lebensbedrohlichen und chronisch fortgeschrittenen Krankheiten im Kanton Zug unterstützen? Dann freuen wir uns über Ihre Spende oder Ihre Mitgliedschaft in unserem Verein.

Spendenkonto

Zuger Kantonalbank
IBAN: CH30 0078 7007 7114 0760 2

Mitglied werden

www.palliativ-zug.ch
Rubrik: Über uns, Mitgliedschaft

Bleiben Sie informiert

In unserem Newsletter berichten wir in loser Folge über unsere Aktivitäten und kündigen Veranstaltungen an.



Herausgeberin:

Palliativ Zug
Informations- und Beratungsstelle
Neuhofstrasse 21
6340 Baar

☎ 041 729 29 20
✉ info@palliativ-zug.ch
🌐 palliativ-zug.ch

Dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben.

Unser Ziel ist es, dass alle Zugerinnen und Zuger von der würdevollen Betreuung mit Palliative Care profitieren können.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Herzlichen Dank

Unsere Inserentinnen und Inserenten unterstützen mit diesem Engagement unsere Aktivitäten zugunsten von Palliative Care im Kanton Zug. Dafür danken wir herzlich.



TZZ Therapie Zentrum Zug

Osteopathie, Physiotherapie, Coaching und Ernährungsberatung

Jeder Mensch ist eine untrennbare Einheit aus drei Ebenen. Wir bestehen aus einem Bewegungsapparat, einem Stoffwechsel, der uns mit Energie versorgt und einer Psyche, mit welcher wir Erlebtes verarbeiten. Nur ein harmonisches Zusammenspiel aller drei Ebenen, ermöglicht es dem Körper als Einheit einwandfrei zu funktionieren. Haben wir Probleme mit dem Bewegungsapparat geht es uns auch psychisch schlecht. Plagen uns Sorgen und Ängste, spüren wir das meistens auch irgendwo im Körper.

Ernähren wir uns nicht richtig, hat das wiederum Auswirkungen auf unseren Körper.

Aus diesem Grund bieten wir Ihnen beim TZZ Therapie Zentrum Zug ein ganzheitliches Behandlungskonzept in Form von Osteopathie, Physiotherapie, Coaching und Ernährungsberatung an. Gesundheit, von Kopf bis Fuss.

Möchten Sie mehr erfahren? Besuchen Sie unsere Homepage auf www.tzz.ch

Information. Beratung. Begleitung.

Für Betroffene, Angehörige,
Freundinnen und Freunde
von Krebsbetroffenen.



krebsliga zug
Beratungsstelle – Alpenstrasse 14 – 6300 Zug
Telefon 041 720 20 45 – info@krebsliga-zug.ch
www.krebsliga-zug.ch – Spendenkonto PC 80-56342-6



Home Instead®

Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Betreuung, Haushalt, Einkaufen, Kochen, Begleitung ausser Haus, Demenzbetreuung, Entlastung für Angehörige, Ferienbetreuung, flexible Einsatzzeiten, Tag und Nacht, von 2-24 Std., 365 Tage.

Vereinbaren Sie ein kostenloses Beratungsgespräch:
041 767 71 11 oder zug@homeinstead.ch



Verlust eines lieben Menschen
Dem Leiden Nahestehender hilflos zusehen müssen
Verlust eigener Lebensqualität wegen schwerer Krankheit



Trauer bewältigen

Wir unterstützen Sie, wenn Gefühle der Trauer wie Angst, Hilflosigkeit, Resignation oder Wut Ihren Alltag belasten.

PALLIATIVE COUNSELING ist eine Dienstleistung, welche in deutscher, englischer und spanischer Sprache im Kanton Zug angeboten wird. Einzel- und Gruppencoaching.

Telefon 041 530 35 70
www.palliative-counseling.com
info@palliative-counseling.com



*Ägeritaler
Hausqualität*

Die Adresse im Ägerital für sanfte Medizin!

gesundheit schönheit wohlbefinden



**drogerie
hermann**
6314 Unterägeri

www.drogerie-hermann.ch
Tel: 041 750 11 44



ENGEL & VÖLKERS COMMERCIAL



Neu auch mit Gewerbeimmobilien.

www.engelvoelkers.com/zugcommercial