

ruinaulta

bezirksamtsblatt und amtliches publikationsorgan für die gemeinden
bonaduz, domat/ems, falera, felsberg, flims, ilanz, laax, rhäzüns,
safiental, sagogn, schluein, tamins, trin

NOVA-GARAGE
CC-Nova AG, Domat/Ems
Churerstrasse 5, 7013 Domat/Ems
Tel. 081 650 35 35, www.ccems.ch

5 Jahre Garantie

persönlich und kompetent

Nr. 15, 13. April 2017
4. Jahrgang

büwo
gesamtausgabe

INHALT

■ POLITIK

Die Laaxer Stimmbürger konnten am Samstag ein Rekord-
ergebnis 2016 genehmigen.
Seite 5

■ GEWERBE

Der HGV Ilanz und Umgebung
zeigt sich zufrieden mit
dem Geschäftsjahr 2016.
Seiten 8/9

■ SPORT

Bündner Frühlingslauf mit neu-
em Teilnehmerrekord – neues
OK hat Feuertaufe bestanden.
Seiten 30/31



Corina Carr aus Rhäzüns ist seit Juni 2016 die Geschäftsführerin von Tecum.

Bild Franco Brunner

«Unsere Begleiter bieten in erster Linie Zeit an»

Im Juni letzten Jahres hat Corina Carr aus Rhäzüns die Tecum-Geschäftsleitung übernommen. Wir haben sie zum Gespräch gebeten.

ru. Tecum ist ein Verein, welcher im Jahre 2000 gegründet wurde mit dem Ziel, Schwerkranke und Sterbende sowie deren Angehörige

während eines schweren Lebensabschnitts zu unterstützen. Freiwillige Helferinnen und Helfer stehen dabei im Einsatz. Vor

gut einem Jahr hat die Geschäftsstelle von Igis nach Rhäzüns zu Corina Carr gewechselt, welche uns im Interview Einblick in die Aufgaben von Tecum gibt. Dabei spielt vor allem die Zeit eine grosse Rolle.

► Mehr auf Seite 2 und 3

Bike
Elektro Bike
grösste Auswahl
der Region!!

bergamont
BULLS
SCOTT
HARO
SPORT BEAT
Brigels/Films

INTERSPORT
MENZLI SPORT
Cube Bikes

Für Gross und Klein
in unserem neuen Bike-Showroom!

www.menzlisport.ch

MOTORGERÄTE UND KOMMUNALTECHNIK
ZIMMERMANN AG

Husqvarna
Automover

Churerstrasse 1, Domat/Ems, 081 650 30 00
www.zimmermannag.net

VSCI Carrosserie // **Bearth**
Schadenmanagement
Unfallreparaturen
Scheibenersatz

Seit 1989 in Bonaduz
Tel. 081 641 29 60
carrosserie-bearth.ch

hubert **carigiet**

möbel • schreinerei • innenarchitektur
laax tavanasa 081 941 22 24



*Gemeinsam mit ihren Vereinsmitgliedern unterstützt und begleitet Tecum-Geschäftsleiterin Corina Carr schwerkranke und sterbende Menschen auf ihrem letzten Lebensweg.
Bild Franco Brunner*

«Es geht darum, da zu sein»

Zeit und Zuwendung. Das ist es, was die freiwilligen Helferinnen und Helfer des Vereins Tecum schwerkranken und sterbenden Menschen auf ihren letzten Weg geben. Wie sie das tun, erklärt die in Rhäzüns lebende Tecum-Geschäftsführerin Corina Carr im Interview.

■ Franco Brunner

«Ruinaulta», Frau Carr, was bedeutet der Tod für Sie?

Corina Carr: Ich habe Respekt vor dem Tod, jedoch keine Angst. Der Tod gehört für mich zum Leben dazu. Er ist Teil des Ganzen. Man wird geboren und man stirbt. Dazwischen steht das Leben, indem man versucht, es sich so gut es geht einzurichten. Dazu gehört für mich beispielsweise auch, sich für andere Menschen einzusetzen und ihnen zu helfen.

Inwiefern hat sich dieses Verhältnis zum Tod und zum Sterben seit Ihrem Amtsantritt als Tecum-Geschäftsleiterin vor knapp einem Jahr verändert?

Diese Einstellung zu den Themen Tod, Sterben und Leben vertritt ich schon seit vielen Jahren. Insofern hat sich diesbezüglich für mich nichts verändert. Was sich jedoch im Laufe des vergangenen Jahres sicherlich verändert hat, ist die Wertschätzung und die Hochachtung gegenüber den Leuten, die sich freiwillig zur Verfügung stellen, um andere Menschen auf ihrem letzten Weg zu begleiten.

Sie sprechen es an. Der Verein Tecum unterstützt und begleitet Schwerkranke und Sterbende auf ihrem letzten Lebensweg. Wie sieht solch eine Begleitung in der Regel aus? Was genau ist die Aufgabe der Tecum-Begleiterinnen und -Begleiter?

Unsere Begleiterinnen und Begleiter bieten in erster Linie Zeit an. Die Zeit, die man heute in den verschiedenen Institutionen nicht mehr hat. Es geht um scheinbar einfache Sachen, wie beispielsweise beim Patienten zu sitzen, seine Hand zu halten, etwas vorzulesen, etwas vorzusingen, allenfalls gemeinsam zu beten. Es geht schlicht und einfach darum, da zu sein. Gemeinsam auch einmal die Stille und die Ruhe auszuhalten. Dafür muss man sich selber zurücknehmen und seine eigenen Probleme in den Hintergrund stellen können. Etwas, das nicht immer ganz einfach, doch zwingend notwendig ist. Denn der Patient respektive der Sterbende soll voll und ganz im Zentrum stehen.

Ihr Team besteht ausschliesslich aus freiwilligen Helfern und Helferinnen. Wie finden Sie die Frauen und Männer, die sich

■ 700 EINSÄTZE IN EINEM JAHR

fbr. Tecum (lateinisch für «mit dir») wurde im Jahre 2000 gegründet und ist ein überkonfessioneller Verein, der Schwerkranke und Sterbende sowie deren Angehörige während eines schweren Lebensabschnittes begleitet und unterstützt. Die rund 100 freiwilligen Begleiterinnen und Begleiter von Tecum schenken den Sterbenden ihre Zeit und Aufmerksamkeit, sodass diese nicht alleine sind und in Würde sterben können. Im vergangenen Jahr wurden insgesamt 700 solcher Begleiteinsätze im ganzen Kanton abgedeckt. Das entspricht einer Zunahme gegenüber 2015 von rund 100 Einsätzen. Und die Tendenz ist nach wie vor steigend. Der Dienst versteht sich als Ergänzung zu anderen Organisationen wie beispielsweise Spitäler, Heimen und Spitex. Der Einsatz der Tecum-Mitglieder erfolgt jeweils in Absprache mit den Betroffenen, den Angehörigen und den Pflegeverantwortlichen. Die pflegerische und medizinische Verantwortung bleibt dabei stets in der Verantwortung der Fachpersonen. Die Begleitungen von Tecum sind für alle kostenlos. Der Verein finanziert sich ausschliesslich über Spenden.

Der nächste Sterbebegleitkurs findet vom 16. bis 18. November im Dominikanerinnenkloster in Cazis statt. Anmeldungen sind unter www.tecum-graubuenden.ch möglich. Weitere Informationen unter www.tecum-graubuenden.ch.

dieser, wie Sie sagen, eben bloss scheinbar einfachen Aufgabe stellen möchten?

Erst mal möchte ich festhalten, dass unsere Begleiterinnen und Begleiter aus meiner Sicht ganz besondere Menschen sind. Was diese Leute leisten, ist nicht hoch genug einzuschätzen. Aber um auf Ihre Frage zurückzukommen. In der Regel kommen wir durch unsere Kurse und Seminare auf diese Leute. Wir führen einmal im Jahr einen Sterbegleitkurs durch. Dieser Kurs ist aufgebaut mit einem Grundkurs sowie mit zwei Aufbau-seminaren. Und aus diesen Kursen regenerieren wir die meisten der mittlerweile rund 100 Begleiterinnen und Begleiter von Tecum.

Naive Frage, aber was lernt man in solch einem Sterbegleitkurs?

Die Teilnehmer lernen in erster Linie, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Dabei handelt es sich um eine sehr persönliche Auseinandersetzung. Die Teilnehmer sollen erfahren, wo sie selber stehen, wenn es um die Frage nach dem eigenen Tod und der eigenen Sterblichkeit geht. Diese Art von Selbstreflexion ist von zentraler Bedeutung, um danach Sterbende tatsächlich auf ihrem letzten Weg begleiten zu können. Ebenfalls gehört zu der Ausbildung die Beschäftigung mit Fragen wie: Wie geht man auf den Patienten zu? Wie spricht man einen Patienten an? Soll man einen Patienten berühren? Wie soll man ihn berühren? Wie merkt man, ob ein Patient eine Berührung überhaupt wünscht oder nicht? Das sind alles Dinge, mit denen man nicht einfach so umzugehen weiss, solange man sich nicht einmal intensiv damit beschäftigt hat.

Wer kommt jeweils auf Sie zu und fragt nach Hilfe? Sind es die Betroffenen selber, die Angehörigen oder die Spitäler und Altersheime?

Wir werden von allen Seiten aufgeboten. Grundsätzlich können wir auf sehr gute Partner zählen. Einer unserer grössten Partner ist das Kantonsspital Graubünden, für das wir auch die meisten Einsätze machen. Grundsätzlich spielt da aber auch immer der regionale Einfluss mit hinein.

Inwiefern?

Im Engadin und in den Südtälern kommen vermehrt Privatpersonen, also die Angehörigen, die ein Familienmitglied zu Hause pflegen, auf uns zu. Sie suchen Entlastung und möchten mal wieder eine Nacht durchschlafen und suchen deshalb unsere Hilfe. Im Raum rund um das Ballungszentrum Chur erhalten wir die meisten Anrufe von Institutionen wie Heimen oder eben den Spitälern. Wir begleiten die Menschen also sowohl in ihrem privaten Umfeld zu Hause als auch in Heimen und Spitälern.

Ist es denn eine andere Art Begleitung, ob diese nun privat oder in einer Institution stattfindet?

Ja, es ist ein anderes Begleiten. Die Verantwortung bei einer privaten Begleitung ist viel grösser. Es ist natürlich auch um einiges intimer, einen Patienten in seinen eigenen vier Wänden zu begleiten als in einem Spital oder in einem Heim. Unser Hauptanliegen ist jedoch an beiden Orten dasselbe. Wir möchten mit unseren Einsätzen die sowohl im institutionellen als auch im privaten Rahmen auftretenden Lücken im Bereich der persönlichen Begleitung dieser Menschen schliessen.

Gibt es eigentlich auch so etwas wie eine Begleitung für die Begleiter? Anders gefragt, gibt es die Möglichkeit, die wohl nicht selten aufwühlenden Eindrücke bei der Begleitung eines Sterbenden in der Gruppe zu besprechen und so zu verarbeiten?

Selbstverständlich müssen und können diese Eindrücke verarbeitet werden. Hierfür bieten wir unseren Begleiterinnen und Begleitern diverse Möglichkeiten an. Zum einen werden wir von den psychiatrischen Diensten Graubünden in Chur unterstützt, die für uns da sind, falls es einmal Probleme geben sollte oder jemand Hilfe braucht. Neu haben wir auch eine Supervisionsgruppe gegründet, bei der wir unter der Leitung eines Seelsorgers besonders schwierige Begleitungen nachbearbeiten und somit gemeinsam verarbeiten können.

EDITORIAL

Zeit

Einen Tag früher als gewohnt halten Sie heute die «Ruinaulta» in den Händen. Unsere heutige Frontgeschichte widmen wir einem Verein, welcher Menschen in ihren schwersten Stunden beisteht. Tecum hat es sich zur Aufgabe gemacht, Schwerkranken und Sterbenden, sowie deren Angehörigen beizustehen, und im Interview meint die Geschäftsleiterin «unsere Begleiterinnen und Begleiter bieten in erster Linie Zeit an.» Zeit, bei den meisten stets Mangelware, der Alltag fordert seinen Trott und lässt einem vielfach den ganzen Tag von A nach B eilen. Vielleicht ist Ostern eine gute Zeit, um mal eine kleine Weile innezuhalten und sich zu fragen, was oder auch wer, einem in diesem Leben wirklich wichtig ist und ob man dafür wirklich auch genug Zeit aufwendet, auch, wenn man sich diese manchmal stehlen muss. Ich hoffe, Sie finden zum Beispiel die Zeit, die heutige «Ausgabe» in Ruhe zu lesen und vielleicht auch die Zeit, an dem einen oder anderen Anlass teilzunehmen, auf welchen wir hinweisen. Wir haben in der heutigen Ausgabe für Sie auch mal über die «Ruinaulta»-Grenzen hinausgeschaut und berichten über die JVA in Cazis oder über den Opernsommer 2018 in Obersaxen. Aber natürlich finden Sie auch vieles aus der Region. Liebe Leserinnen und Leser, ich wünsche Ihnen allen ein wunderschönes Osterfest und denken Sie daran, sich während dieser Tage vielleicht ein wenig mehr Zeit für dies und das zu nehmen.



Redaktionsleiterin Ruinaulta

ANZEIGE.....

KÄRCHER
CENTER

MATHIS

Kasernenstr. 97
 7000 Chur
 081 356 00 45



info@kaerchercenter-mathis.ch
Frühlings-Aktionen

somedia
PROMOTION
 ZEITUNG RADIO TV ONLINE

Für Ihre Anzeigen:
 Tel. +41 81 255 58 58
promotion@somedia.ch
www.somedia-promotion.ch

Crestasee

Kiosk am See offen
 April–Mai bei schönem Wetter
 jeweils samstags und sonntags
 von 11–17 Uhr
 Würste vom Grill, Glace...
 Kaffee und Kuchen
 Ihr Crestasee-Team