



krebshilfe liechtenstein

Jahresbericht 2020



Jahresbericht 2020

Bericht des Präsidenten

Bericht der Geschäftsstelle

Jahresrechnung

Im September 2006 durfte ich zusammen mit meiner Frau eine Hausarztpraxis in Triesen übernehmen und weiterführen. Nach einigen Assistenz- und Oberarztjahren in verschiedenen Kliniken war dies für mich eine neue, grosse Herausforderung insbesondere auch darum, weil man in der Ausbildung zum Arzt eigentlich nie etwas über das Führen einer Arztpraxis, die Personalplanung, das Anschaffen und Unterhalten von Geräten usw. hört. Auch über die Rahmenbedingungen wie z.B. Auflagen des Krankenkassenverbandes, Regelungen des Amtes für Gesundheit usw. lernt man erst etwas, wenn man es grad braucht. Und es lassen sich auch Zweifel spüren, ob man dem ganzen Druck, dem neuen Unbekannten standhalten kann, ob der Wissensstand für die gestellten Aufgaben/Herausforderungen ausreichend sein wird und ob man von den Patienten/Klienten überhaupt akzeptiert wird. Viel Unbekanntes, viel Ungewisses, auch viele Zweifel...

Umso erleichtert ist man dann, wenn man erkennt, dass eigentlich alles nicht so schlimm ist, wie vielleicht befürchtet, dass sich das Unbekannte als nicht so erdrückend erweist. Man erkennt, dass auch das Umfeld einem meist wohlgesinnt ist und wenn nötig Hilfe angeboten wird. Man baut sich ein Netzwerk auf und profitiert von der Expertise anderer Menschen.

So habe ich mich mittlerweile sehr gut im Lande eingelebt und fühle mich hier sehr wohl.

Es hat mich sehr gefreut, dass der Vorstand der Krebshilfe Liechtenstein dann vor wenigen Jahren an mich herangetreten ist und mich gefragt hat, ob ich die Präsidentschaft des Vereines als Nachfolger von Dr. med. Anton Wille übernehmen wolle. Ohne Zögern habe ich zugesagt, denn dieser Verein leistet eine sehr wertvolle Arbeit.

Die Krebshilfe Liechtenstein wurde 1988 gegründet. Sie ist ein gemeinnütziger Verein. Die Beratungs- und Geschäftsstelle der Krebshilfe Liechtenstein steht allen Menschen offen, die von Krebs betroffen sind oder mehr über die Krankheit und die Vorsorgemöglichkeiten erfahren wollen.

Der Mann der ersten Stunde war Dr. med. Anton Wille. Er hat zur Gründung des Vereines Krebshilfe Liechtenstein massgeblich beigetragen, ist dem Verein über 30 Jahre lang als Präsident vorgestanden und hat ihn somit sehr stark mitgeprägt. Anton Wille gebührt ein ganz grosses Dankeschön.

Leider konnten wir aufgrund der Corona-Pandemie Anton Wille beim Wechsel des Präsidentschafts amtes anlässlich der Mitgliederversammlung im 2020 (welche ja nicht live stattfinden konnte), nicht so gebührend feiern, wie er es verdient hätte. Im kleinen Kreis haben wir es getan – und deshalb nochmals an dieser Stelle: herzlichen Dank, Anton, für alles,

was Du für die Krebshilfe Liechtenstein geleistet hast.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen Vorstandsmitgliedern herzlich für ihre Bereitschaft bedanken, ihr Wissen und Können in den Dienst einer sehr guten Sache zu stellen.

Herzlichen Dank auch an Frau Tanja Büchel, welche unser Sekretariat voll im Griff hat.

Danke auch an alle Gönner, Spender, an-uns-Denker und Unterstützer.

Ein herzliches Dankeschön gebührt natürlich Frau Marion Leal, welche wie ein Fels in der Brandung zum Wohle der Patienten einsteht und auf allen Ebenen ihre Unterstützung und ihr grosses Fachwissen anbietet.

Ich wünsche uns allen eine sonnige Zeit und dass wir gesund bleiben!



Dr. med. Claudio Canova
Präsident

Vertrauen – Unsichtbare und tragende Kraft sowie ein wichtiger Begleiter in schwierigen Zeiten

Seit längerer Zeit nun erleben wir als Gesellschaft eine Krise, die einzigartig für Viele ist. Unser bisheriges Leben ist auf eine Art und Weise unterbrochen. Scheinbar Unmögliches ist auf einmal möglich geworden. Unvorstellbares ist Wirklichkeit! Die Situation führt uns mit höchster Deutlichkeit vor Augen, wie verwundbar und wie erschütterbar wir sind. Auch unser Vertrauen ist erschüttert.

Vertrauen ist eine Erfahrung die es uns Menschen erlaubt, sich auf Unsicherheiten einzulassen. Ein Mensch, der vertrauen kann, hat die Kraft, mit Ungewissheit zu leben. Vertrauen ermöglicht, sich Anderem, Unbekannten und Fremden gegenüber zu öffnen, ohne sich dadurch in der eigenen Sicherheit gefährdet zu fühlen. Die Fähigkeit, zu vertrauen, führt dazu, sich mit negativer Wirklichkeit konfrontieren zu können. Verlust, Leiden, Schmerz lassen sich annehmen, ohne dass die Persönlichkeitsstruktur zu zerbrechen droht. Wer Vertrauen hat, kann mit Ambivalenzen leben. Krisen- und Leidenssituationen sind oft mit dem Verlust des Welt- und Selbstvertrauens verbunden. Bisherige haltgebende Muster erweisen sich als nicht mehr stark genug, um mit der aktuellen Lebenssituation umgehen zu können. Dadurch ist die psychische Integrität fundamental bedroht. Wie kann es gelingen, Vertrauen wieder aufzubauen? Die Fähigkeit des Vertrau-

ens beruht auf frühesten Erfahrungen in der sozialen Umwelt. Die Qualität eines sorgenden, tragenden und empathischen Bindungserlebens entscheidet darüber, ob Menschen vertrauen können oder nicht.

Vertrauen ist also eine zutiefst soziale Kraft. Sie ermöglicht, sich den anderen Menschen und der Welt zu öffnen, statt vorwiegend selbstzentriert zu leben. Somit eröffnet Vertrauen die prosoziale Dimension des menschlichen Lebens.

Die Krise, die wir im Moment erleben, erschüttert die soziale Dimension unseres Lebens fundamental. Wir beginnen, über Vertrauen als soziale Kraft in unserem Leben neu nachzudenken. Krisen haben einen hohen und leidvollen Preis. Indem sie das Bisherige unterbrechen, eröffnen sie aber auch einen Raum für Neues. Gerade wenn eine Krebsdiagnose oder ein Rezidiv (Rückfall) da ist und die Corona-Krise ebenfalls als täglicher Begleiter aufgezeigt wird, ist es enorm wichtig, dass es gelingt sich einem solchen Raum zu erschliessen und Vertrauen leben zu können.

Ich möchte hier ein Beispiel einer jungen Klientin aufzeigen, die sich sehr schwer tat mit dem Thema Vertrauen. Durch enge psychonkologische Begleitung konnten wir gemeinsam den Weg des Vertrauens aufbauen und was ganz wichtig ist, dass sie den für sich nicht nur integrieren sondern auch in ihre Lebensstrukturen einbinden konnte.

«Hab Vertrauen!» Unzählige Male hat die Klientin diese Aufforderung schon gehört. Sie meinte, dass dies sicherlich förderlich und gut wäre, wenn sie Vertrauen hätte, doch mit der Diagnose Krebs unheilbar, war dies für sie gar nicht mehr möglich. Ihre Fragen wie etwa «In wen oder was sollte ich überhaupt Vertrauen haben? Und was bedeutet es, Vertrauen zu haben?»

Wir haben dann gemeinsam in den Gesprächstherapien herausgefunden, dass Vertrauen etwas Schönes ist. Es ist beruhigend, schafft Hoffnung, nimmt Angst. Sie meinte dann: «Ich hatte immer Vertrauen, dass alles gut wird. Das sich ein Weg findet. Dass der schlimmste Fall schon nicht eintreten wird. Auch nach meiner ersten Krebsdiagnose vor 10 Jahren hatte ich meistens Vertrauen, dass die Krankheit nicht zurückkommt. Dieses Vertrauen ist mit der Diagnose «metastasierender Darmkrebs» geschwunden. Denn es wird nicht mehr gut. Ich glaube auch nicht an Wunder. Meinen Blick in die Zukunft würde ich als «hoffnungsvoll realistisch» bezeichnen. Ich habe es verloren, das Vertrauen in eine göttliche Fügung, in meine Gesundheit, in meinen Körper. Wie konnten sich die Krebszellen unbemerkt in meinem Körper ausbreiten? Permanent wende ich meinen Blick nach innen, in mich hinein, versuche zu hören oder zu spüren, ob irgendwo etwas wächst. Denn ich habe nicht mehr das Vertrauen das rechtzeitig zu merken.

Und dennoch ist da eben das in

mich hineinhören. Ich stelle mir vor, wie die Tumorzellen durch die Medikamente geschwächt werden. Ja, ich habe Vertrauen in meine Therapie, durch sie wird mir noch etwas Zeit bleiben. Und meine Ärzte sind da, um mich zu beraten, wenn das Tumorstadium weitergeht. Ich weiss, dass sie für mich da sind. Ich vertraue ihnen. Ich habe Vertrauen, dass sie mich als Mensch sehen und nicht als Fallpauschale. Dass sie verstehen, wie sehr ich am Leben bleiben will. Dass sie alles versuchen werden, um mir Zeit zu schenken. Und dass sie mich auch an meinem Lebensende begleiten werden. Nebst den Ärzten sind da noch weitere Vertraute aus dem Gesundheitswesen, dann am allerwichtigsten meine Familie und meine Freunde ... Ist das nicht schön? Für mich ist es ein Geschenk.»

Die Endlichkeit sitzt wie ein übler Begleiter auf den Schultern der Betroffenen. Sie ist immer da. Und sie wird bleiben. Sie werden mit dieser Endlichkeit leben müssen. Das ist jeden Tag eine neue Herausforderung. Oft habe ich mich im Umgang mit Menschen in dieser Situation gefragt, wie sie es aushalten können, das Wissen um die kurze Lebenserwartung. Wie gestalten sie ihren Tag? Wie setzen sie Prioritäten? Haben sie überhaupt noch unbeschwerte Momente? Ich habe oftmals mit Betroffenen darüber gesprochen. Zusammenfassend kann ich folgendes Fazit daraus schliessen: Die Gefühle solcher Situationen liegen ausserhalb jeglicher Vorstel-

lungskraft von gesunden Menschen. Trotzdem sagen Einige, dass es glückliche Momente gibt, intensive Erlebnisse, wertvolle Begegnungen. Vieles sortiert sich neu. Loslassen sei ein gutes Rezept für die kommende Zeit. Loslassen von dem, was war und was nicht wiederkehrt. Zuwenden zu dem, was das Leben noch vorgeesehen hat. Vertrauen hilft, diesen neuen Weg zu gehen.



Marion Leal
Leiterin Geschäftsstelle

Je stärker unsere Brücke des Vertrauens ist, je stärker dir Brückenpfeiler Halt und Mut sind, desto gelassener können wir die neuen Wege beschreiben, wenn der Strom der Unsicherheit besonders viel Wasser zu führen scheint und besonders laut rauscht.

(Verfasser unbekannt).

Reden schafft Vertrauen

Vorwort von Nora Frick,
Schwester von Rainer Ritter

Mit der Bitte um dieses Vorwort kam Marion Leal auf mich zu, da sich bei meinem Bruder Rainer bezüglich seiner gesundheitlichen Situation zwischen dem Zeitpunkt des Interview und jetzt einiges verändert hat. Er hat den innigen Wunsch geäußert, dieses Interview jedenfalls im Jahresbericht der Krebshilfe Liechtenstein zu veröffentlichen unabhängig seiner gesundheitlichen Verfassung.

In Rücksprache mit Rainer und der Familie soll dieses Interview seinen Platz im Jahresbericht bekommen. Im Zuge dessen darf ich als Schwester ein Vorwort schreiben, da ich Rainer als Bezugsperson sehr eng begleite. Er hat das Vorwort gelesen und wünscht sich, dass die Leser und Leserinnen Kenntnis darüber haben, dass er momentan wieder im Krankenhaus ist.

In diesem Sinne durfte mein Bruder Rainer immer wieder Anfänge auskosten, obschon die Krebserkrankung ihn stets vor teils erschütternde Herausforderungen stellte. Seine bemerkenswerte Kraft, sein unbändiger Mut sowie die hoffnungsvolle Zuversicht holen Rainer stets aus tiefen Erschütterungen zurück, obschon die dicht aufeinander folgenden Diagnosen dem Hadern jeglichen Nährboden geboten hätten.

Rainer hat Jahre seines jungen Lebens hinter sich, die der Sicht auf das Leben ein neues Strahlen schenken. Dieses Strahlen ver-

sucht Rainer zu pflücken im Bewusstsein der beschränkten Zeit. Der Weg, belegt von Herausforderungen, welche eine Krebserkrankung inne trägt, stellt sich Rainer immerzu aufs Neue. Derzeit befindet sich mein Bruder wieder im Krankenhaus St. Gallen, wo er sich von einer Operation regeneriert.

An dieser Stelle bedanke ich mich herzlich bei Marion Leal, bei Dr. Stefan Diem, bei Dr. Neider sowie allen betreuenden Ärzten und dem gesamten Pflegeteam auf allen Stationen der Spitäler Grabs und St. Gallen für die fachlich engagierte Begleitung meines Bruders, besonders die empathische Betreuung war und ist von einer herzlichen Güte, die Trost auf diesem schweren Weg schenkt. Herzinnigen Dank auch allen Freunden, Bekannten und Verwandten für das Beisein an Rainers Seite. Wertschätzender Zuspruch und liebevolle Besuche sind kostbare Geschenke.

Lieben Dank ebenso an das loyale Team von Ritter Auto AG, welche Rainer ungebrochen die Treue halten, auch wenn das Schiff zeitweise ohne Kapitän den Sturm durchquerte. Sie alle halten das Segel im Wind für den Betrieb, welcher Rainers Lebensfülle ist.

Lieber Rainer, als Deine «grosse» (ältere) Schwester bedanke ich mich für die berührend tiefst ins



Herz greifenden Momente, welche wir in dieser vergangenen Zeit gemeinsam erfahren durften. Das irdische Sein hat uns reich beschenkt mit klitzekleinsten Augenblicken, wo sich ohnmächtige Trauer mit dem wahrhaftigen Glück berührt.

... in jedem dieses klitzekleinen Anfangs wohnt ein tröstender Zauber inne ...

In herzerfüllter Dankbarkeit.

Deine Schwester Nora

Gespräch: Rainer Ritter und Marion Leal

Protokoll: Doris Büchel

Patientinnen, die mit einer Krebsdiagnose konfrontiert werden, müssen von heute auf morgen mit unzähligen einschneidenden Veränderungen umgehen. Dabei spielt Vertrauen eine zentrale Rolle. Vertrauen in sich und seinen Körper, Vertrauen in die Medizin und Ärzte, Vertrauen in Familie, Freunde, Mitarbeitende. Rainer Ritter aus Mauren (Jg. 1970) erhielt im März 2018 die Diagnose Speiseröhrenkrebs. Seit-her übt er sich in Vertrauen. Was das für ihn konkret bedeutet, erzählt er Marion Leal im Interview.

Marion Leal: Rainer, was kommt dir spontan in den Sinn, wenn du den Begriff «Vertrauen» hörst?

Rainer Ritter: Nachdem ich vor drei Jahren mit der Diagnose Speiseröhrenkrebs konfrontiert wurde, kamen von heute auf morgen ganz viele neue Menschen in mein Umfeld. Du, Marion, warst eine der ersten, zu der ich ein Vertrauensverhältnis aufbauen musste, und wollte. Du hast mir deine Unterstützung zugesichert und ich spürte sofort, dass du es gut mit mir meinst. Vertrauen musste ich auch den Ärzten und dem Fachpersonal, und darauf, dass sie nicht nur die notwendigen, sondern auch die für mich besten Schritte einleiten. Ein kranker Mensch ist ein extrem sensibler Mensch. Man achtet plötzlich auf die feinsten Feinheiten. Man riecht, schmeckt, fühlt völlig anders, viel bewusster. Die Chemie muss zwischenmenschlich stim-

men, sonst wird es schwierig mit dem Vertrauen. Ganz wichtig ist auch, dass man dem engsten Umfeld vertrauen kann. Nicht alle können gleich gut mit der Diagnose eines Familienmitgliedes, Freundes oder Arbeitskollegen umgehen. Dabei ist es gerade in schwierigen Zeiten besonders wichtig, dass man Menschen um sich hat, denen man auch seine Ängste und Sorgen anvertrauen darf. Bald kommen auch Grund-satzfragen auf: Wem sag ich es? Wem sage ich es (noch) nicht? Auch das hat mit Vertrauen zu tun. Wir leben in einem kleinen Land, da kommen schnell Gerüchte auf.

Was hat sich für dich verändert, als deine Krankheit öffentlich bekannt war?

Es war befreiend für mich, denn ich musste niemandem mehr etwas vormachen. Manchen Leuten sah ich an, dass sie Bescheid wissen, sich aber nicht getrauen, mich auf meine Krankheit anzusprechen. Da habe ich manchmal ein bisschen nachgeholfen und von mir aus das Gespräch gesucht.

Wie ging es für dich weiter?

Ich habe mir relativ rasch geschworen, diesen Krebs zu besiegen. Aber es war hart, physisch und mental. Nach der ersten Operation musste ich das Essen wieder lernen. Nach jedem Frühstück lag ich eine Stunde lang mit Bauchkrämpfen im Bett. Das Problem ist: Man sollte essen, aber

man mag nicht. Ich behaupte, ein Baby nahm damals mehr Nahrung zu sich als ich. Also muss man sich in Geduld üben und darauf vertrauen, dass es gut kommt. Ich habe viel gebetet. Abgesehen davon hat es mir geholfen, mir kleine Ziele zu setzen. Jeden Tag ein kleines Ziel. So hangelte ich mich von Tag zu Tag.

Als ich Ende August nach der Operation und Reha in den Alltag zurückkam, fand in Schaan die Lihga statt. Ich war damals Präsident der Wirtschaftskammer und war jeden Tag an unserem Stand präsent. Obwohl es anstrengend war, habe ich es durchgezogen. Bei der ersten Nachkontrolle im November bekam ich guten Bescheid. Ich dachte tatsächlich, ich hätte es geschafft. Ein Jahr lang war alles gut. Aber dann, im November 2019, entdeckte man Metastasen im Brustbereich, die aufwärts wanderten. Weil bald Weihnachten war, behielt ich die schlechte Diagnose für mich. Jeden Morgen um sieben Uhr stand ich im Spital St. Gallen für die Chemo und Bestrahlung. Danach ging ich arbeiten. Ich war müde, ansonsten hat man mir aber nicht viel angesehen. Beim erneuten CT im April 2020 bekam ich wieder guten Bescheid. Alles war gut. Die nächste Bombe zündete am 5. Juni 2020. Ich ging morgens wie immer zur Arbeit und hatte um zehn Uhr eine Sitzung mit der Wirtschaftskammer. Dabei stellte ich fest, dass ich von einem Moment auf den anderen nicht mehr schreiben konnte. Ich kannte mich nicht mehr aus. Das

Heimfahren im Auto bereitete mir enorm Mühe, so suchte ich sofort den Hausarzt auf. Zwei Stunden später lag ich im Spital Grabs im Notfall. Diagnose: Metastasen im Gehirn.

Drei Tage später wurde ich operiert. Mir blieb im Grunde nur noch Zeit, um daheim das Notwendigste zu regeln. Damals war für mich das Gespräch mit dem Neurologen sehr wichtig. Er hat mir die Operation in aller Ruhe erklärt und sich Zeit für all meine Fragen genommen. In einer solchen Situation ist die Kommunikation unglaublich wertvoll. Zu spüren, dass ein Arzt oder eine Fachperson mit jeder Faser bei einem ist, dass man nicht alleine ist, dass man empathisch gesehen und wahrgenommen wird als Mensch, ist Gold wert. Es schafft Vertrauen.

Ich weiss noch: Ich wurde an einem Mittwoch operiert, am Donnerstagmorgen lag ich auf der Intensivstation, am Nachmittag durfte ich ins Zimmer und zum ersten Mal aufstehen. Am Freitagmorgen konnte ich schon mit dem Physiotherapeut auf dem Gang einen Spaziergang machen, am Freitagnachmittag spazierte ich selbständig bis zum Olma-Gelände. Am Samstag konnte ich heim.

Du hast einen extremen Willen an den Tag gelegt, hast auch auf unsere Empfehlungen gehört und bist in Bewegung gekommen.

Vor der Diagnose habe ich ein bisschen Fussball gespielt und sonst nur gearbeitet. Tatsächlich

wurde ich erst als Krebskranker richtig sportlich. In der Natur kann ich Kraft schöpfen, den Kopf lüften. Jetzt baue ich die Bewegung täglich in meinen Alltag ein. Ich habe auch ein E-Bike gekauft und viele schöne Touren gemacht in der näheren Umgebung. Gerne suche ich auch Kraftorte auf, kleine Kapellen zum Beispiel. Ich war immer schon ein gläubiger Mensch. Jetzt habe ich mich auch der Spiritualität gegenüber geöffnet. Dabei geholfen hat mir sicher mein Aufenthalt in der Gesundheitsklinik «Sokrates» in Güttingen am Bodensee. Ich habe Musiktherapien oder Kunsttherapien ausprobiert. Und immer waren Gott und die Selbsteilung ein Thema. Ich glaube an beides.

Du bist auch ein erfolgreicher Geschäftsmann, ein Macher. Was hat diese innere Ruhe, die du durch die Spiritualität erlangt hast, mit dir gemacht?

Ich ging immer schnell durchs Leben. Vollgas! Es blieb keine Zeit, um etwas zu verarbeiten oder zu verdauen. Ich musste mich erst aus diesem Hamsterrad befreien, um zu realisieren, was man im Grunde tagein, tagaus leistet. Klar, ich habe beruflich vieles erreicht und schöne Zeiten erlebt. Aber die Freizeit hat gefehlt, und dadurch auch der Bezug zu mir selbst. Ich denke, diese Balance zu finden ist eine grosse Herausforderung.

Jetzt hat mir mein Körper ein Zeichen gesetzt. Nicht nur eines, sondern immer wieder neue Zeichen. Jetzt habe ich es verstanden. Ich

kann und will nicht mehr Vollgas weitermachen. Ich will sanfter mit mir sein und die Prioritäten vermehrt bei mir, anstatt bei allen anderen setzen. Um das zu verstehen, hat mir sicher auch die kleine Auszeit im Kloster Einsiedeln geholfen. Da habe ich nochmals intensiv über mein Leben reflektieren können. Im Kloster konnte ich innerlich zur Ruhe kommen und meine Kanäle für die Spiritualität weiter öffnen.

Trotzdem: Gerade während der Krankheit ist die Arbeit die beste Therapie für mich. Ich kann mich damit ablenken und wegkommen von diesem Grübeln. Und: Man will ja auch gebraucht werden. Denn, wird man nicht mehr gebraucht, was für einen Sinn macht es dann noch?

Wie war dein Umgang mit dem Thema Vertrauen vor deiner Krebsdiagnose?

Ich denke schon, dass ich früher den Menschen in meinem Umfeld vertraut habe. Aber ich lebte auch nach dem Motto: Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser. Meine Mitarbeiter wissen, was ich damit meine. Ich bin ein sehr pingeliger Mensch. Irgendetwas hat mich immer gestört, und dann musste ich es ändern. Standen die Autos auf dem Vorplatz nicht genau so, wie ich sie haben wollte, stellte ich sie am Feierabend alle um. Das war mein Fehler. Heute versuche ich zu akzeptieren, dass nicht alles nach meinem Kopf läuft. Jetzt ist eine andere Generation am Zug, die sieht die Dinge nicht so eng. Das muss ich lernen.

Auch, dass ich nicht alles selber machen muss, sondern Dinge delegieren kann, sondern Dinge delegieren kann. Als du mir die Gesundheitsklinik «Sokrates» empfohlen hast, sagte ich zuerst, dass ich nicht drei Wochen lang im Betrieb fehlen könne. Du hast mich trotzdem dazu ermutigt. Und siehe da, es funktionierte einwandfrei. Das war eine gute Vertrauensübung für mich.

Wir leben in einer Gesellschaft, in der man sieben Tage die Woche, 24 Stunden am Tag erreichbar sein soll. Das ist viel Druck, ungesunder Druck. Heute sage ich manchmal mitten im Tag: «Jungs, ich gehe eine Stunde spazieren.» Oder ich fange morgens erst um neun oder zehn Uhr in der Garage an, wenn es mir nicht so gut geht. Ich vertraue meinen Leuten, dass sie den Karren ziehen. Heute nehme ich mich selber viel bewusster wahr.

Hast du auch die Kehrseite von Vertrauen kennengelernt?

Ich glaube, da liegt genau der Hund begraben. Im Hinterkopf ist eben immer die Angst, verletzt zu werden. Wacht man morgens um fünf Uhr auf, beginnt es im Oberstübchen zu rädeln. Und meistens fallen einem dann nur die Dinge ein, die schiefgehen könnten. Lebt man mit einer schlimmen Krankheit, ist man generell mit einer grossen inneren Unruhe konfrontiert. Man wird immer wieder mit Enttäuschungen und Rückschlägen konfrontiert. Immer wieder fällt das Kartenhaus in sich zusammen. Ich bin manchmal selber erstaunt, wie ich es immer wieder

auf die Füsse schaffe. Aber der Mensch ist zu viel mehr fähig, als er sich manchmal selber zutraut. Man muss das mit dem Vertrauen einfach immer und immer wieder üben.

Möchtest du anderen Menschen eine Anregung mit auf den Weg geben? Was können wir aus deiner Situation lernen?

Spontan würde ich sagen: Man soll nicht über Menschen urteilen. Man soll zuerst beobachten, bevor man ein Urteil fällt. Man weiss nicht, in welcher Situation sich einer befindet. Manchmal ist man an einem Tag nicht gut drauf. Das gibt's. Deswegen ist einer nicht grad ein Depp. Man soll gelassener durch den Tag gehen, sanfter. Menschen machen Fehler. Verzeihen, vertrauen, Frieden schliessen – wenn auch nur innerlich – das ist so wichtig und bereichert das eigene Leben und das Leben der Mitmenschen.

Das Wichtigste ist die Kommunikation. Miteinander reden, ohne Scheu. Reden, auch über Tabuthemen, schafft Vertrauen. Es beruhigt und löst so manchen Knopf.

Danke Rainer für das Vertrauen und das offene Gespräch.

Danke Anton...

Über 30 Jahre lang gestaltete und prägte Anton die Krebshilfe Liechtenstein. Er hat die Krebshilfe mit Herzblut aufgebaut und diese durch all die unterschiedlich geprägten Jahre intensiv und voller Vertrauen begleitet. Wir möchten einfach Danke sagen obwohl dies alles nicht auszudrücken vermag, was Anton für die Krebshilfe geleistet hat.

Aufgrund der Corona-Pandemie konnten wir uns letztes Jahr nicht offiziell von Anton bei der Mitgliederversammlung verabschieden. Wir haben dies im kleinen Rahmen getan.

Der Vorstand als auch die Geschäftsstelle wünschen Anton für den wohlverdienten Ruhestand alles Gute, verbunden mit schönen Erinnerungen.



Nähen für die Krebshilfe im 10. Schuljahr

Die kreative Sonderwoche vor Weihnachten war wieder ein besonderes Erlebnis. Da wurde gewerkelt, getüftelt, installiert, gekocht, programmiert, genäht, und gebacken. Aus sieben Angeboten konnten die Jugendlichen eines auswählen.

Diese acht Näherinnen und Näher freuten sich, dass ihre «Kuscheltierchen» und «Kuschelherzchen» bei der Krebshilfe eine sinnvolle Verwendung finden können. Es war ihnen ein besonderes Anliegen, etwas «Gutes» zu tun. Wenn

sie ansonsten auch mal gelangweilt in den Schulbänken hängen, da wurden sie plötzlich aktiv und kreativ, suchten neue Nähvorlagen und kombinierten die Stoffe für ihre speziellen Kreationen.

Schön war es, in dieser sowieso sonst schwierigen Zeit, einfach mal entspannt und ruhig zusammen sitzen zu können und während der Arbeit entspannt zu plaudern. Natürlich mit Maske oder mit Abstand, aber eine Woche lang – Zitat Schülerinnen und Schüler – etwas Sinnvolles gemacht.



Benedikt Jehle, Vorstandsmitglied

Ich wurde im Jahre 1981 geboren und verbrachte meine Kindheit und Jugend in Triesen und nach einem Umzug in Schaan. Nach der Primarschule absolvierte ich das Gymnasium in Vaduz, im Jahre 2001 maturierte ich dort. Anschliessend zog es mich nach Innsbruck, wo ich das Studium der Rechtswissenschaften abschloss. Für das Doktoratsstudium wechselte ich 2005 an die Universität Zürich (Dr. iur. im Jahre 2008). Es folgte ein Praktikum beim Landgericht in Vaduz, bevor ich als juristischer Mitarbeiter tätig war. Im Jahre 2010 legte ich die Rechtsanwaltsprüfung ab und bin seither als Rechtsanwalt tätig.

Seit 2013 bin ich mit Susanne verheiratet. Unsere tolle Tochter Valentina wurde 2018 geboren. Seit 2019 wohnen wir in Triesen. Ich geniesse meine Freizeit neben der Arbeit mit meiner Familie und mei-



nen Freunden. Wir unternehmen gerne Ausflüge und ich spiele ab und zu Squash und gehe Skifahren. Meine Ferien verbringe ich gerne im Tirol und immer wieder auch am Strand und an der warmen Sonne.

Im Rahmen meiner beruflichen Tätigkeit berate ich unter anderem gemeinnützige Stiftungen und bin so mit der Krebshilfe und Pink Ribbon in Berührung gekommen. Ich schätze deren Arbeit für und mit betroffenen Menschen und möchte die Krebshilfe durch meine Vorstandstätigkeit unterstützen. Die Zusammenarbeit mit den anderen Vorstandsmitgliedern und den Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle gefällt mir sehr gut und man spürt, dass sich alle für die gute Sache und die betroffenen Menschen einsetzen.



Tanja Büchel, Sekretariat Krebshilfe

Am 1. Februar 2020 habe ich die Stelle bei der Krebshilfe mit grosser Freude angetreten. Gerne möchte ich mich kurz vorstellen: Im Jahr 1976 wurde ich geboren und bin oberhalb des Landes, sprich in Triesenberg aufgewachsen. Der «Bärgärdialekt» ist für die Besucher in der Krebshilfe und am Telefon nicht zu überhören. Seit 20 Jahren bin ich mit Patrick Büchel verheiratet und wir haben zwei wunderbare Töchter, Alina und Vanessa, im Alter von 16 und 18 Jahren. Wir wohnen seit 2018 in Ruggell.

Ich bin gelernte Kauffrau und führte zuletzt 8 Jahre das Pfarresekretariat in Balzers. Nun bin ich schon seit über einem Jahr als Sekretärin bei der Krebshilfe tätig. Kein Tag gleicht dem anderen, es ist ein sehr lebendiger Betrieb in dem ganz sicher nie Langeweile aufkommt. Ich bin dankbar in so einem wertvollen Verein, wie die Krebshilfe es ist, arbeiten zu dürfen und Marion im Hintergrund zu unterstützen.

Obwohl die Arbeit manchmal auch herausfordernd ist, darf man trotz allem den Humor nie verlieren. Den Ausgleich finde ich in meiner Familie und Freunden oder beim Laufen im Wald mit unserem Hund Lenny, der übrigens auch ab und zu in der Krebshilfe anzutreffen ist.

Jahresrechnung 2020
Bilanzen per 31. Dezember

| | 2020 | 2019 |
|--|-------------------|-------------------|
| Aktiven | | |
| Wertpapiere | 149'189.69 | 146'452.98 |
| Flüssige Mittel | 506'606.80 | 173'141.52 |
| Forderungen | 3'567.30 | 0.00 |
| Transitorische Aktiven | 2'729.85 | 85'087.25 |
| Büromobiliar/Büromaschinen/EDV | 1'662.00 | 3'324.00 |
| Total Aktiven | 663'755.64 | 408'005.75 |
| Passiven | | |
| Kreditoren | 3'809.05 | 1'750.90 |
| Vereinsvermögen | 659'946.59 | 406'254.85 |
| Total Passiven | 663'755.64 | 408'005.75 |
| Erfolgsrechnungen | | |
| Aufwand | | |
| Unterstützungen | 342'119.15 | 591'861.66 |
| Weiterbildung | 2'165.00 | 2'165.00 |
| Löhne und Gehälter | 154'914.65 | 141'452.40 |
| Sozialleistungen | 22'256.45 | 20'796.25 |
| Miete | 16'440.00 | 16'440.00 |
| Nebenkosten | 456.15 | 470.85 |
| Versicherungen | 477.95 | 525.30 |
| Bank-/Postspesen | 1'521.24 | 1'594.15 |
| Büromaterial/Telefon/Porti | 8'129.60 | 6'667.25 |
| Drucksachen | 10'281.05 | 8'482.50 |
| Verwaltungsaufwand (IT Infrastruktur) | 2'314.70 | 3'111.35 |
| Fachliteratur/Abos | 1'383.45 | 2'288.79 |
| Spesen | 3'398.45 | 3'962.80 |
| Sonstiger Aufwand | 8'086.15 | 4'236.95 |
| Ferienwochen | 9'183.00 | 9'443.95 |
| Abschreibungen | 1'662.00 | 3'323.00 |
| Total Aufwand | 584'788.99 | 816'822.20 |
| Ertrag | | |
| Fallbezogene Rückerstattungen Versich. | 90'643.20 | 104'906.12 |
| Ertrag aus Verkauf «Glücksmomente» | 0.00 | 408.20 |
| Spenden Buchprojekt «Glücksmomente» | 60.00 | 0.00 |
| Todesfall-Spenden | 47'343.29 | 37'619.18 |
| Spende VP Bank Stiftung «Lichtblick» | 5'000.00 | 5'000.00 |
| Übrige Spenden | 569'517.50 | 354'118.27 |
| Mitgliederbeiträge | 15'670.00 | 16'260.00 |
| Jahressammlung/Spenderbeiträge | 24'762.90 | 24'973.35 |
| Beitrag Amt für Gesundheit | 80'000.00 | 80'000.00 |
| Ertrag aus Kursdurchführung | 0.00 | 13'000.00 |
| Zinsertrag | 2'747.13 | 2'503.03 |
| Nicht realisierte Kursgewinne | 2'736.71 | 2'101.74 |
| Total Ertrag | 838'480.73 | 640'889.89 |
| Verwendung des Gewinns | | |
| Vereinsvermögen 01.01. | 406'254.85 | 582'187.16 |
| Gewinn Vereinsjahr | 253'691.74 | -175'932.31 |
| Vereinsvermögen per 31.12. | 659'946.59 | 406'254.85 |

Vaduz, 29.3.2021
Der Kassier: Daniel Meier

Vorstand Krebshilfe

Dr.med. Claudio Canova, Präsident

Daniel Meier

Fabienne Lemaire-Zünd

Dr.iur. Benedikt Jehle

Beratungs- und Geschäftsstelle

Im Malarsch 4

9494 Schaan

Tel. 0423 233 18 45

Fax 0423 233 18 55

marion.leal@krebshilfe.li

Marion Leal, Leiterin
Geschäftsstelle

Tanja Büchel, Sekretariat

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag von
08.30 – 11.30 Uhr

Montag bis Donnerstag
13.30 – 16.00 Uhr

Bankverbindung

LLB Vaduz: Konto Nr.
LI98 0880 0000 0239 3221 1

Postkonto: 90-4828-8

Agenda 2021

Falls möglich bezüglich Corona:

Gesprächsgruppe

Jeden letzten Mittwoch im Monat
Treffen der Gesprächsgruppe für
Brustkrebsbetroffene Frauen

Pink Ribbon Liechtenstein

Diverse Veranstaltungen während
des ganzen Jahres

Daten Kur- und Kurswoche im Sunnehus Wildhaus

13. Juni – 19. Juni

7. November – 13. November

Mitgliederbeitrag

| | | |
|-------------------|-----|-------|
| Einzelmitglied | CHF | 30.– |
| Familienmitglied | CHF | 50.– |
| Kollektivmitglied | CHF | 250.– |