

Bern

Begleiten bis zum letzten grossen Abschied

Zum heutigen Weltrotkreuztag erzählen Fachpersonen und eine freiwillige Mitarbeiterin von Zapp, einem Angebot des Roten Kreuzes Bern-Mittelland, wie sie Menschen beim Sterben begleiten.

Rahel Bucher

«Die Katze war ihr fast wichtiger als sie sich selbst», sagt Jürg Marti über seine 80-jährige Schwester, die am 4. Dezember 2009 in ihrer Wohnung gestorben ist. Über 30 Jahre hat sie dort gelebt. «Es war ihr grösster Wunsch, zu Hause zu sterben», sagt er. Zuerst haben sich verschiedene Nachbarinnen und Freundinnen mit «bewundernswertem Einsatz» um die schwer kranke Frau und ihre Katze gekümmert. «Für diese anspruchsvollen Betreuungsaufgaben zeigten sich jedoch rasch die Grenzen, besonders für die Präsenz während der Nächte», erzählt Marti. Um den Wunsch seiner Schwester trotzdem zu erfüllen, hat er sich beim Zentrum für ambulante Palliativbegleitung plus (Zapp) gemeldet. Zapp ist eine Dienstleistung des Roten Kreuzes Bern-Mittelland. Sie umfasst Unterstützung und Entlastung für Angehörige von schwerkranken Menschen, die zu Hause sterben möchten. Nach einer Bedarfsabklärung habe Zapp schnell Freiwillige – vor allem für Nachtsätze – vermittelt, die seine Schwester über einen Monat begleitet haben.

Behutsame Kontaktaufnahme

Eine von ihnen war Cornelia Bürki. Nächtelang wachte sie über den Schlaf der alten Frau, vergewisserte sich immer wieder, dass es ihr gut geht. «Am Anfang wollte sie nicht, dass ich im Zimmer bin», erzählt Bürki. Dennoch habe sie zwischendurch nach ihr geschaut. Die Angehörigen könnten klarer formulieren, was sie für Bedürfnisse hätten, sagt sie. Bei Sterbenden dauerten die Annäherung und das Herausfühlen etwas länger. Einen Anknüpfungspunkt fand sie dann über den Beruf der Frau. Die Zeit mit dieser Frau sei sehr intensiv gewesen, sagt Brigitte Thomer, Fachmitarbeiterin und Koordinatorin beim Zapp. «Sie war bereit zu sterben, und ihre Kräfte nahmen von Tag zu Tag ab.» Die Konfrontation mit dem Tod gehört zum Alltag der Freiwilligen. «Der Tod gehört genau so zum Leben wie die Geburt», sagt Thomer. Trotzdem falle jeder Abschied schwer, und man müsse immer wieder daran arbeiten loszulassen. «Der Tod ist der letzte grosse Abschied, nachdem wir während des ganzen Lebens viele kleine Tode gestorben sind», beschreibt es Ursula Meister, die ebenfalls Koordinatorin im Zapp ist und über mehrere Jahre in der Palliativabteilung im Spital gearbeitet hatte. Es helfe, wenn man lerne, wirklich Abschied zu nehmen. Bürki nickt zustimmend. «Ich möchte jetzt nicht gerade sterben, aber es wird kommen», sagt sie.

Wieso aber wird man freiwillige Sterbegleiterin und setzt sich immer wieder auch mit der eigenen Vergänglichkeit auseinander? Wie alle der 16 Freiwilligen, die für das Zapp arbeiten, hat Bürki einen persönlichen Bezug zum Tod. Als ihre Eltern am Sterben waren,



Zapp-Mitarbeiterin Brigitte Thomer (links) und Sterbegleiterin Cornelia Bürki. Foto: Adrian Moser

habe sie zum ersten Mal realisiert, wie viel Zeit es brauche, einen sterbenden Menschen in den Tod zu begleiten. Mit ihrem Engagement möchte sie den sterbenden Menschen und ihren Angehörigen etwas weitergeben. Gerade für die Angehörigen sei es besonders wichtig, dass sie gut betreut und unterstützt würden. «Manchmal kommen wir fast etwas zu spät», sagt Thomer. Oft hätten die Angehörigen Mühe, die Hilfe fremder Menschen in den eigenen vier Wänden zuzulassen. Trotzdem sei natürlich eine Offenheit da, schliesslich meldeten sich die Leute freiwillig beim Zapp.

Zuhören, Zeit und Zuwendung

Das Angebot des Zapp, das seit 2002 besteht, entwickelte sich, nachdem das Hospiz zur Begleitung schwer kranker Menschen aus finanziellen Gründen geschlossen werden musste. Man stelle damals fest, dass der Bedarf nach einem Angebot für die Begleitung sterbender Menschen zu Hause und in der Nacht grösser war als nach der Schaffung einer neuen Institution. Der jüngste Sterbende, der von Zapp-Mitarbeitern begleitet wurde, war 3 Jahre und die älteste 106 Jahre alt.

Freiwilligenarbeit sei ein fester Bestandteil in der palliativen Betreuung, wie Thomer erklärt. Zuhören, Zeit und Zuwendung seien die Hauptmerkmale dieser Arbeit. «Man muss nicht Aktivität

versprühen», sagt Thomer. Oft reiche es schon, einfach da zu sein und gar nicht viel zu tun. «Freiwillige können Ruhe in die Familie bringen», meint Meister. Ihre Arbeit sei vielfältig und gehe von Sitzwachen über aufmerksames Zuhören bis zu elementaren grundpflegerischen Handreichungen. Was sie nicht beinhaltet, sind medizinische und intensivpflegerische Betreuung. Dafür arbeitet Zapp eng mit anderen Fachdiensten in der palliativen Versorgung zusammen, insbesondere mit den Spitex-Diensten.

Damit die Freiwilligen ihre Erfahrungen verarbeiten können, treffen sie sich regelmässig zu einem Austausch. Zudem werden sie regelmässig geschult und nehmen fünf Mal jährlich an einer Supervision teil. Sie kämen auch zusammen, um sich mit einem kleinen Ritual von dem begleiteten Menschen, der gestorben ist, zu verabschieden, sagt Thomer. «Natürlich gibt es Situationen, in denen jeder an seine Grenzen kommt.» So können die Freiwilligen während 24 Stunden den Fachsupport der Koordinatorinnen beanspruchen.

So geschah es auch, als die Schwester von Herrn Marti gestorben ist. Für die Frau, die in der letzten Nacht bei ihr war, sei es der erste Todesfall im Dienst gewesen. Sie habe sehr professionell und umsichtig reagiert, erzählt Marti. Der Zapp-Einsatz habe ihn extrem entlastet, sagt er. Und auch die verwaiste

Katze konnte davon profitieren: Eine Zapp-Mitarbeiterin hat sich sehr eingesetzt, um für die betagte Katze ein gutes Plätzchen zu finden.

Ein Tageseinsatz bis zu vier Stunden kostet 55 Franken, ein Nachteinsatz von 22 bis 6 Uhr 90 Franken. Weitere Informationen für Angehörige oder interessierte Freiwillige: Tel. 031 332 27 23 (Montag bis Freitag zwischen 8.30 und 12 Uhr), www.zapp-bern.ch.

Weltrotkreuztag

Am heutigen Weltrotkreuztag stellt das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) die Würde benachteiligter Menschen in den Vordergrund. Das SRK betont, dass durch die Förderung der Gesundheit benachteiligter Menschen soziale Ausgrenzung verhindert wird. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf dem Zugang zum Gesundheitswesen und der Überwindung von Diskriminierung und Rassismus. Der Weltrotkreuztag bildet zugleich den Auftakt zum Dunant-Jahr im Gedenken an seinen 100. Todestag. Am 8. Mai vor 182 Jahren wurde Henry Dunant, der Begründer des Internationalen Roten Kreuzes, geboren. Vor 100 Jahren, am 30. Oktober 1910, ist er gestorben. Der Bund gibt zum Dunant-Jahr 2010 eine 20-Franken-Silbermünze heraus, die heute erstmals der Öffentlichkeit präsentiert wird. (reh)

Meine BEA Die BEA hat bei Michael Lüdi einen festen Platz in der Ferienplanung. Matthias Raaflaub

«An der BEA trifft man sich wieder»



Michael Lüdi.

«Der Bierstand mein Lieblingsort? Nein, nein, so ist es schon nicht gerade. Ich komme hier nur ab und zu vorbei. Am besten gefällt es mir bei den Zeltständen mit den Landmaschinen und Kühen. Aber hauptsächlich bin ich wegen der Leute hier. Ich nehme jeweils frei, damit ich zur BEA kommen kann. So machen das auch meine Kollegen. Wir kennen uns seit der Grundschule, doch mittlerweile sehen wir uns manchmal über lange Zeit nicht mehr. An der BEA aber trifft man sich wieder.»

«Dieses Jahr ist es der dritte Besuch. Ich habe eine Dauerkarte gelöst. Ja, ich komme seit langem an die Messe. Acht Jahre sind es mittlerweile sicher. Früher war ich oft mit den Eltern hier. In all dieser Zeit hat sich die BEA nicht gross verändert. Schade ist nur, dass die grossen Baumaschinen nicht mehr hier sind. Die habe ich mir immer gerne angesehen.»

«Die Freunde teilen meine Interessen. Aber was man an den Ständen sieht, ist gar nicht mehr so wichtig. Schliesslich ist es ja jedes Jahr mehr oder weniger dasselbe. Wir haben es einfach lustig hier. Wir nehmen Ferien, um hierher zu kommen, darum ist das auch ein Stück weit ein Ferienerlebnis. Ich geniesse diese Tage jetzt umso mehr. Ich bin in der Ausbildung zum Fachmann Betriebsunterhalt bei der Stadt Burgdorf. Jetzt stehen die Prüfungen an. Darum will ich noch etwas runterfahren, bevor es dann richtig losgeht.»

«Natürlich verreise ich manchmal auch richtig. Das gehört auch dazu. Doch der Frühling gehört ganz der BEA. Bei meinen Kollegen ist das ähnlich. Und wir sind bestimmt nicht die Einzigen, die sich hier regelmässig treffen. Übrigens kommen wir ganz ohne Absprachen aus. Wir brauchen nicht zu vereinbaren, wann wir uns wo treffen. Wir wissen voneinander, dass wir alle hierherkommen. Das genügt bereits. Man begegnet sich bestimmt.»

«Jetzt gehts erst mal zum Mittagessen. Danach gehe ich noch einmal durch die ganze Messe durch. Man darf schliesslich ja auch nichts verpasst haben. Und dann genehmigen wir uns zusammen wohl noch ein Bierchen.»

Kurz

Thun Verzicht auf Leinenzwang im Bonstettenpark

Rund 1400 Besucher des Bonstettenparks in Thun beteiligten sich im März an einer Umfrage der Stadt Thun, ob Hunde im Bonstettenpark an der Leine geführt werden sollten. Da das Ergebnis ausgefallen ausfiel, wird auf ein generelles Obligatorium verzichtet. Die heutigen Zonen mit Leinenpflicht bei Spielplätzen werden jedoch überprüft und bei Bedarf angepasst. (pd)

Thun Peter Diebold wird neuer Chefarzt der Frauenklinik

Der Verwaltungsrat der Spital STS AG hat den 47-jährigen Peter Diebold per 1. Juli zum neuen Chefarzt der Frauenklinik gewählt. Er tritt die Nachfolge von Mark Isenschmid an. Diebold durchlief als Ober- und leitender Oberarzt diverse Abteilungen an Krankenhäusern in Deutschland. (pd)

Anzeige

Veranstaltungsreihe der
Christkatholischen Kirche Bern

Osterzeit 2010 – Gedanken
zum Thema **Freude in einer
unsicheren Welt**

Kirche St. Peter und Paul
beim Rathaus,
dienstags 12.15–12.45 Uhr:

11. Mai
Martin Werlen, OSB
Abt des Klosters Einsiedeln
Helene Ringgenberg und
Prof. Johann Sonnleitner
Orgel und Cembalo

www.bernerspuresuche.ch

BERNERSPURENSUCHE

**Auffahrt Motorrad-Gottesdienst
mit „Töff“-Segnung im
Schloss Münchenwiler / Murten
Donnerstag, 13. Mai, 10.30 Uhr**

Gottesdienst für Motorradbegeisterte mit
dem Gospelchor Seeland Singers und auf
Wunsch „Töff“-Segnung, anschliessend
Festwirtschaft. Der Anlass findet bei jeder
Witterung statt.

**Parkhotel Schloss Münchenwiler,
1797 Münchenwiler / Murten**
Information:
026 672 81 81 www.schlossmuenchenwiler.ch

FAHRZEUGMARKT

Telefonische Anzeigenannahme

031 330 33 10

MIGROS-KULTURPROZENT-CLASSICS

Donnerstag, 13. Mai 2010

WDR
SINFONIEORCHESTER KÖLN
Semyon Bychkov (Leitung), Oliver Schnyder (Klavier)

Programm:
Richard Strauss
«Till Eulenspiegels lustige Streiche», op. 28

Ludwig van Beethoven
Klavierkonzert Nr. 2 B-Dur, op. 19

Richard Strauss
«Ein Heldenleben» op. 40

Kultur-Casino Bern, Grosser Saal, 19.30 Uhr
Reservationen: www.bernbillett.ch oder Telefon 031 329 52 52
www.migros-kulturprozent-classics.ch

Grosse Orchester, Grosse Solisten, Grosse Schweizer Talente. Kleine Preise.
Orchester-Tourneen in Basel, Bern, Genf, Lugano, Lausanne, St. Gallen, Visp, Zürich

MIGROS CLASSICS
kulturprozent