

## Freiwilligenarbeit im zapp sinnreich und fördernd

**Freiwilligenarbeit im häuslich-familiären Bereich ist nicht neu. Die gegenseitige Unterstützung innerhalb von Familien oder die spontane Nachbarschaftshilfe hat es immer schon gegeben. Die Sorge um das Gemeinwohl ist tief im Menschen verankert.**

Durch Veränderungen in den Familienstrukturen und durch die Tabuisierung von Sterben und Tod entstand aber eine Lücke: die Vorgänge rund um Sterben und Tod wurden an Institutionen delegiert. Es verwundert kaum, dass ca. 80% der Schweizer Bevölkerung in Spitälern oder Heimen sterben, obwohl viele Menschen sich wünschen: im vertrauten Umfeld zu hause sterben zu können.

### Freiwilligenarbeit in der Sterbebegleitung

Palliative Care ist die Antwort auf diese Entwicklung rund ums Sterben. Sie will den Schwerkranken und ihren Angehörigen durch eine bestmögliche Unterstützung im medizinischen, pflegerischen, sozialen,



Ursula Meister  
Fachmitarbeiterin Freiwilligensupport

seelischen und religiös-spirituellen Bereich das Leben erleichtern. Im institutionellen Bereich sind die Freiwilligen ein integraler Bestandteil des interdisziplinären Teams und nicht mehr wegzudenken.

### Pflegende Angehörige leisten Schwerstarbeit

Im ambulanten Bereich hingegen haben betreuende Angehörige oft nicht Kenntnis davon, dass auch sie die Hilfe und Unterstützung von freiwilligen Begleitpersonen beanspruchen können. Sie verzichten oft aus Zurückhaltung, jemand zu bemühen oder aus Unsicherheit auf eine Entlastung durch Drittpersonen.

Dabei ist auch das Leben der Angehörige erschüttert und geprägt durch die lebensbedrohliche oder chronische Erkrankung. Sie übernehmen in der Folge viele Betreuungsaufgaben, welche sie oft an den Rand ihrer körperlichen, emotionalen und zeitlichen Ressourcen bringen. In diesen Situationen sind Freiwillige, die Angehörige tagsüber oder nachts entlasten, eine segensreiche Ergänzung zu den Berufsleuten.

**zapp**  
**Zentrum für ambulante**  
**Palliativbegleitung plus**

zapp als professionelle Anlaufstelle vermittelt freiwillige Begleitpersonen in betreuende Familien.

Ganz nach den Bedürfnissen der pflegenden Familien werden die Einsatzzeiten und die Dauer der Einsätze geplant. Tageseinsätze dauern bis zu 5 Stunden, Nachteinsätze umfassen in der Regel die Zeit zwischen 22.00 bis 06.00 Uhr.

Die freiwilligen Begleiterinnen und Begleiter haben die verschiedensten beruflichen und privaten Hintergründe. Gemeinsam sind ihnen die Bereitschaft, unentgeltlich sozial tätig zu sein und das Anliegen, vielen Schwerkranken und Sterbenden das Verbleiben im familiären Umfeld zu ermöglichen. Die drei Z – Zeit haben, Zuwendung und Zuhören – sind ihre Grundpfeiler.

Als Vorbereitung auf diese herausfordernde Aufgabe besuchen die Freiwilligen den Kurs Passage des Schweizerischen Roten Kreuzes. Die freiwilligen Mitarbeitenden zapp werden während ihren Einsatz stets eng begleitet von den Fachmitarbeiterinnen. Durch persönlichen Support und in Weiterbildungen und Supervisionen werden sie für ihre anspruchsvolle Aufgabe immer wieder aufs Neue gerüstet.

**Haben wir Ihre Aufmerksamkeit geweckt?**

Sind Sie selber betroffen von einer einschneidenden Erkrankung, als Patient oder Angehörige und könnte eine freiwillige Begleitperson ihre Situation entlasten?

Zögern Sie nicht, uns anzurufen und in einem Erstgespräch ihre Anliegen mit uns zusammen zu klären.

Oder fühlen Sie sich angesprochen von den Aufgaben der Freiwilligen? Haben Sie bereits Erfahrung in der Begleitung Schwerkranker oder möchten Sie – unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Verfügbarkeit – neu tätig werden in diesem Bereich?

Informieren Sie sich unverbindlich bei uns im zapp.

**Montag bis Freitag von 8.30 bis 12.00 Uhr sind wir unter 031 332 27 23 gerne für Sie da.**

---

**In eigener Sache**

Haben Sie es schon bemerkt?

zapp hat einen neuen Name: zwar ist das Logo gleich geblieben, aber die Buchstaben von zapp haben jetzt eine neue Bedeutung zapp steht für Zentrum für ambulante Palliativbegleitung plus. Unsere Stärke, nämlich die Begleitung und Betreuung durch Freiwillige zur Entlastung der Angehörigen ist schon in unserem neuen Schriftzug erkennbar. Das kleine rote Kreuz am Ende, das Plus, zeigt einerseits, dass zapp ein Angebot des Schweizerischen Roten Kreuzes Bern-Mittelland ist, aber bedeutet auch, dass die Begleitung und Entlastung durch den Einsatz der Freiwilligen einen Gewinn an Lebensqualität in der letzten Lebensphase bedeuten kann.