

Der Regionale Besuchsdienst hat ein offenes Ohr und Zeit für viele Mitmenschen

Menschen besuchen und auf ihrem letzten Weg begleiten

Der politisch und konfessionell neutrale Verein «Regionaler Besuchsdienst» mit Sitz in Reinach ist für Mitmenschen da, die krank, behindert und alt sind, sich einsam fühlen und regelmässige Kontakte wünschen. Auch werden auf Wunsch Sterbende in der Familie, im Heim oder Spital in der letzten Phase des Lebens begleitet.

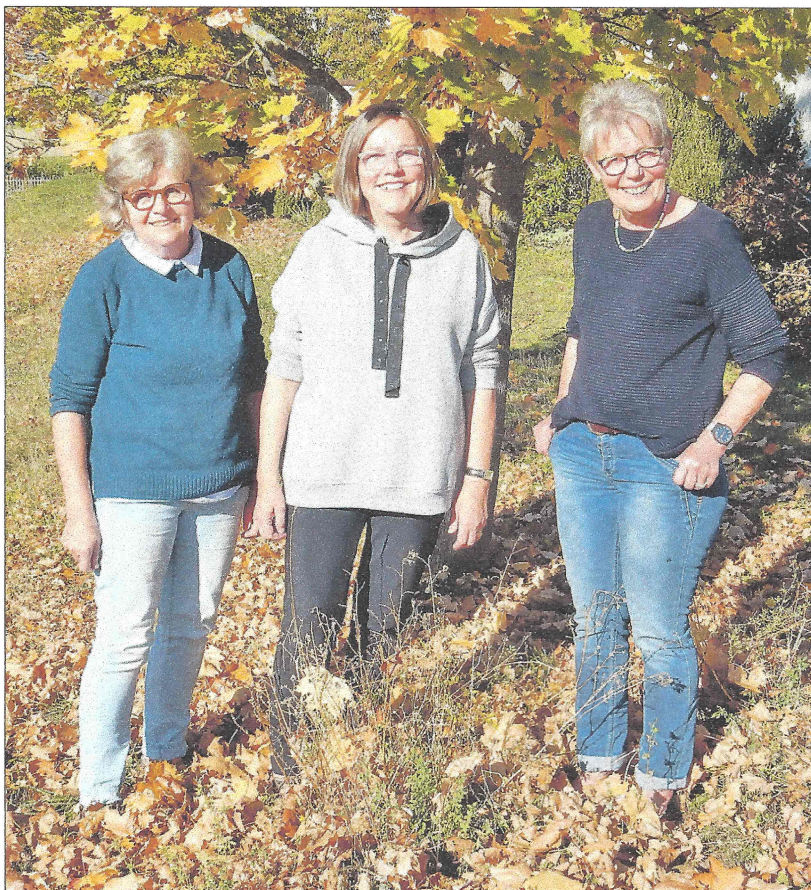
Die dunkleren und eher grauen Novembertage sind da. Obwohl in den Läden bereits die kommende Weihnachtszeit verkaufsfördernd zelebriert

von René Fuchs

wird, ist die Zeit um Allerheiligen dem Gedenken an die Verstorbenen gewidmet. Keine einfachen Tage für alte und kranke Menschen in einsamen Stunden. Schön, wenn jemand Zeit findet, Gesellschaft zu leisten, einfach zuzuhören und da zu sein.

Aus einer Stiftung heraus, wurde mit einem Team von Freiwilligen, die in der Region verankert sind, im Jahr 2004 der Verein «Regionaler Besuchsdienst» gegründet. Eine Institution, die seit 14 Jahren mit ihrem bewährten, kostenlosen Angebot, dem Besuchsdienst und der Sterbebegleitung, sehr geschätzt wird. Der Verein mit einem abwechslungsreichen Jahresprogramm und regelmässigen Austauschmöglichkeiten finanziert sich über Spenden, Sponsoren und Mitgliederbeiträge selbst.

Ansprechpersonen sind die beiden Vermittlerinnen Ruth Weber und Vroni Weber, die abwechselnd täglich von 7 bis 19 Uhr telefonisch erreichbar sind. Die Anfragen kommen vom Regionalspital Menziken, den Altersheimen oder privat von Familienangehörigen. Danach bereitet der Vermittlungsdienst Besuche und Begleitungen sorgfältig vor, führt Gespräche, wenn möglich mit allen Beteiligten, sucht geeignete Freiwillige, koordiniert und begleitet die Einsätze. So gibt es Tage ohne Anrufe und dann wieder einige Telefonate innert Stunden, die eine hohe Flexibilität verlangen, vor allem, wenn nach einer Sterbebegleitung gebeten wird.



Vermittlerinnen vom politisch und konfessionell neutralen Regionalen Besuchsdienst v.l.: Regula Schrag, Präsidentin, Ruth Weber und Veronika Weber. (Bild: René Fuchs)

Je rund 30 bis 40 Freiwillige, vor allem ältere Frauen und Männer, sind ehrenamtlich beim Besuchsdienst oder der Sterbebegleitung im Einsatz. «Eine wertvolle Aufgabe, die eine gute Bodenhaftigkeit, Empathie, Menschenverstand und genügend Zeit voraussetzt. So legen wir in unserem Freiwilligenteam einen grossen Wert auf eine sachkundige und praxisbezogene Aus- und Weiterbildung auch mit Supervisi-

onstreffen und pflegen die mitmenschlichen Beziehungen im RBD-Team», erklärt Regula Schrag, die seit 2012 umsichtige Präsidentin des Vereins ist. Einem Mitmenschen einfühlend Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken, das eigene Kommunikationsverhalten zu reflektieren und den verschiedenen Gesprächssituationen anzupassen und das je nach seiner Lebenssituation über einen längeren Zeitraum, ist beglückend und anspruchsvoll zugleich. Klar, dass deshalb bei der Anmeldung

einige Fragen im Fokus stehen, wie: «Welche Stärken oder Fähigkeiten bringen Sie für das Besuchen unserer Klientel mit? Haben Sie schon einen demenzen Menschen begleitet? Könnten Sie sich vorstellen, dem Besuchen beim Toilettengang zu helfen?» Da sind der zweitägige Kurs für den Besuchsdienst und auf Wunsch die zusätzliche dreitägige Weiterbildung mit folgendem Praktikum im Spital Menziken für die Sterbebegleitung eine grosse Hilfe und Erfahrung zugleich. Die

nächsten Kurse sind auf Ende 2019 und Anfang 2020 geplant.

Vroni Weber, selbst im Spital als Krankenschwester tätig gewesen, weiss, wie wichtig Besuche von kranken Menschen sind, die sich einsam fühlen: «Oft haben die Angehörigen in ihrem Berufsleben auch nicht so viel Zeit und sind für unsere Dienste sehr dankbar. Hier und da ist es auch für den Besuchten einfacher, einem fremden Menschen sein Herz zu öffnen und offen über seine Sorgen zu sprechen. Denn die Schweigepflicht ist beim Besuchsdienst so selbstverständlich wie auch eine klare Abgrenzung. In der Regel einmal pro Woche ein bis zwei Stunden kommt jeweils die gleiche Person vorbei.»

Da kommen auch Lebensgeschichten zu Tage, die schicksalshafter nicht sein könnten: Wie eine alte, fast blinde Frau erzählte, die als Vierzehnjährige vom Knecht auf dem Bauernhof verewältigt und schwanger geworden war. Sie musste die Schule verlassen und wurde in ein Heim für «gefallene Mädchen» gesteckt. Das Kind wurde in einem Heim platziert und später als Dienstmädchen durfte die junge Mutter am Sonntag ihren Sohn besuchen. Ihre eigene Mutter kümmerte sich in all der Zeit nicht um sie und den Enkel. Das Schicksal schlug aber erneut zu, als die junge Frau heiratete und gewiss war, dass ihr Kind nun in einer Familie aufwachsen könne. Auf dem Weg zu seinem Lehrbetrieb verunglückte der Sohn einige Jahre später bei einem Verkehrsunfall tödlich und Jahre danach nahm sich ihr Mann das Leben...- «Man muss sich oft zurücknehmen, zuhören und ganz stark auf das Gegenüber eingehen», fügt Ruth Weber, Vermittlerin, nachdenklich aus ihrem reichen Erfahrungsschatz bei.

Schwerkranke und sterbende Menschen auf ihrem letzten Abschnitt ihres Lebensweges zu begleiten, ist ein anspruchsvoller, berührender und dankbarer Einsatz. Für die Hinscheidenden und für die Angehörigen, vor allem auch in der Nachtzeit, Trost und Unterstützung und für das geforderte Pflegepersonal eine wertvolle Hilfe.

Auskünfte erteilen: Ruth Weber und Vroni Weber, Regionaler Besuchsdienst, Vermittlungsstelle 7 bis 19 Uhr täglich, Telefon: 079 473 75 33.

INTERVIEW MIT REGULA SCHRAG, PRÄSIDENTIN DES REGIONALEN BESUCHSDIENSTES

«Es braucht ein feines Sensorium»

Haben die Jahreszeiten einen spürbaren Einfluss auf die Psyche von kranken und alten Menschen?

Ich kann es nicht mit einer Statistik belegen, aber persönlich denke ich, dass die Jahreszeiten eine grosse Rolle spielen.

Nimmt der November mit seinen dunkleren und graueren Tagen hier und da gerade bei alten und kranken Menschen die Lebensfreude und lässt die Gedanken an den Tod mehr aufkommen?

Ja, der 1. und 2. November, Allerheiligen und Allerseelen, sind ja auch Tage, an denen man besonders an die Verstorbenen denkt. Es ist ja auch die dunklere Zeit, wo man mehr Kerzen anzündet und Rituale begeht, die ans Sterben erinnern.

Der Regionale Besuchsdienst begleitet schwer kranke und sterbende Menschen im Spital Menziken, in den Alters- und Pflegeheimen der Region oder zu Hause. Wie können dabei die Angehörigen unterstützt und entlastet werden?

Durch die Anwesenheit einer Person unseres Dienstes. So, dass die Angehörigen zum Beispiel in Ruhe einige Stunden schlafen können und eine Ansprechperson in der belastenden Zeit haben.



Regula Schrag: seit 2012 umsichtige Präsidentin des Vereins Regionaler Besuchsdienst. (Bild: René Fuchs)

Würdevoll zu sterben ist ein grosser Wunsch. Was ist bei der Sterbebegleitung wichtig?

Besonders, dass man nicht nur auf die Angehörigen hört, sondern den Patienten mit seinen Gedanken und Wünschen wahrnimmt und begleitet.

Welche Wünsche haben Sterbende besonders in ihren letzten Stunden?

Viele sind froh, nicht allein zu sein, die Gewissheit zu haben, dass jemand da ist. Andere wünschen, gemeinsam zu beten und möchten noch aus ihrem Leben erzählen. Auch die nonverbale Kommunikation und gewünschte Berührungen helfen in diesen schweren Stunden. Es braucht ein feines Sensorium bei der Sterbebegleitung.

Sind Tag- und vor allem Nachtwachen nicht eine ganz besondere Herausforderung für alle Freiwilligen?

In der Nacht ist eine spezielle Atmosphäre zu spüren. Ich bin gerne in der Ruhe mit diesen Menschen auf ihrem letzten Lebensweg zusammen. Wir teilen die Nachtschicht auf. Die erste dauert in der Regel von 22 bis 02 Uhr und die zweite von 02 bis 06 Uhr.

Welche Gedanken gehen einem am Bett eines Sterbenden durch den Kopf?

Je nachdem wie es ihm gesundheitlich geht, hoffe ich mit ihm, dass er bald würdevoll Abschied nehmen darf.

Können solche starken Eindrücke nicht auch belastend sein, vor allem dann, wenn ein Mensch gestorben ist?

Ich habe schon verschiedenste Menschen beim Sterben begleitet und

so kann ich das irdische Loslassen auch akzeptieren. Der Tod gehört zum Leben wie die Geburt und so durfte ich fast durchwegs Menschen erleben, die im inneren Frieden ausatmeten und gehen konnten.

Aus all den Erfahrungen nehmen Sie welche Erkenntnisse mit in Ihren Alltag?

Die Sterbebegleitung kann auch ein sehr schönes und starkendes Erlebnis mit grosser Dankbarkeit sein. So habe ich selbst keine Angst vor dem Tod. Für die Angehörigen ist es auch ein grosser Trost, wenn man vom friedlichen Hinscheiden ihres Familienangehörigen berichten darf.

Welchen Rat geben Sie Menschen, die ihre schwer kranken Angehörigen bis zum Tod begleiten?

Hilfe anzunehmen ist sehr wichtig. Es gibt ja freiwillige Menschen, die bereit sind, diesen schweren Weg mit ihnen zusammen zu gehen. Auch dass sie in diesen belastenden Wochen, Tagen und Stunden auch an sich selbst denken, um genügend Kraft zu haben. Einem Menschen in seinen letzten Stunden begleitet zu haben, heisst, etwas erlebt zu haben, was mir im Leben weiterhilft.

Interview: René Fuchs

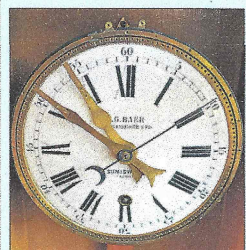
Regionaler Besuchsdienst

Statistik 2017

Sterbebegleitung	
Vermittlungen	57
Einsätze Freiwillige	225
Aufgewendete Zeit, Stunden	864

Besuchsdienst	
Personen in Institutionen	38
Personen privat	22
Aufgewendete Zeit, Stunden	2124

Gemeinden
Beinwil am See, Birrwil, Burg, Dürrenäsch, Gontenschwil, Leimbach, Leutwil, Menziken, Oberkulm, Pfeffikon (Rickenbach), Reinach, Teufenthal, Unterkulm



Und wenn die eigene Lebenszeit zu Ende geht... Der Regionale Besuchsdienst begleitet ehrenamtlich auf Wunsch in einsamen und schweren Stunden.