

Ein Ehrenamt, das dem Tode nahe kommt, aber übers Leben lehrt

Hospizhelferinnen und Hospizhelfer sind eine wichtige Säule in der Sterbebegleitung – Sie leisten ein Ehrenamt, das ihnen auch im eigenen Leben hilft

Von Ronja Straub

LINDAU - Sie begleiten Sterbende in den Tod. Hospizhelferinnen und Hospizhelfer in Lindau tun das seit 35 Jahren. Heute bildet das Hospiz jährlich mehrere Menschen zu Ehrenamtlichen aus. Sie machen eine freiwillige Arbeit, die Mut erfordert. Was Menschen dazu bewegt, sich als Hospizhelfer ausbilden zu lassen – und warum gerade die Sterbebegleitung sie näher ans Leben bringt.

Betritt man das Lindauer Hospiz ist das Erste, was man sieht, ein kleines Tischchen im Eingangsbereich. Darauf steht eine Engelsfigur aus Holz und eine Kerze. Brennt die Kerze, ist vor Kurzem jemand gestorben.

Sterben gehört im Hospiz Haus Brög zum Engel zum Alltag dazu. Wer sich entscheidet, die letzten Monate, Wochen, Tage und Stunden seines Lebens in dem Haus zu verbringen, der wird am Ende seines Lebens begleitet und in schweren Momenten nicht alleine gelassen.

Es ist die Empathie und die hospizliche Haltung, die man als Sterbebegleiter brauche, sagt Susanne Brillisauer. Sie ist Koordinatorin im Lindauer Hospiz und im Leitungsteam für die Ausbildung von Ehrenamtlichen zuständig. „Man muss jeden annehmen, wie er ist“, sagt sie. Egal woher er komme, welche Religion er ha-

be – jeder Mensch werde gleichwertig behandelt.

Denn es geht darum, die Würde eines Menschen bis zum Schluss zu erhalten, sagt Uta Reinholz, die seit 35 Jahren in der Sterbebegleitung tätig ist. „Sterbebegleitung ist Lebensbegleitung.“ Das Ehrenamt, sagt Reinholz, gehöre in der Hospizarbeit elementar dazu. Zu den Anfängen des Lindauer Hospiz baute die Arbeit nur darauf auf.

Einige, die gerade an der Ausbildung teilnehmen, sind an diesem Abend im November in einem großen Raum im Lindauer Hospiz zusammengelassen. Wer kommt, muss einen Corona-Schnelltest machen, im Stuhlkreis trägt jeder eine Maske. Dass sie sich heute treffen können, ist aber wichtig. Die Männer und Frauen ganz unterschiedlichen Alters tauschen sich aus, sprechen über Situationen, die sie in der Sterbebegleitung erlebt haben. Sie berichten über Einsätze, bei denen es zu belastenden Situationen kommen kann. Manche kommen vorbei, weil sie noch darüber nachdenken, ob das Ehrenamt auch etwas für sie ist. Andere sprechen darüber, warum sie sich dafür entschieden haben.

Da ist die Mutter, deren vierjährige Tochter einmal im Sterben lag und die weiß, wie viel es wert ist, wenn dann jemand da ist. Und da ist der

Vater, dessen 15 Monate alter Sohn eine Erbkrankheit hatte und der gespürt hat, wie nah der Tod ins Leben kommen kann, obwohl er eigentlich so fern und unbekannt ist. Da ist die Frau, die hier ist, weil sie ihren Kindern ein Vorbild sein möchte und ihnen zeigen will, wie wichtig es ist, sich mit dem Sterben auseinanderzusetzen.

Die Ausbildung zur Hospizhelferin oder dem Hospizhelfer ist über einen längeren Zeitraum gestaffelt. An einem intensiven Wochenende zu Beginn lernen die Auszubildenden die Grundlagen der Hospizarbeit kennen. Dann treffen sie sich monatlich in Gruppen. Zwei bis vier Mal im Jahr findet eine Supervision statt, zusätzlich dazu gibt es Aus- und Fortbildungskurse.

In den Einführungs- und Vertiefungskursen beschäftigen sich die angehenden Sterbebegleiterinnen und Sterbebegleiter beispielsweise mit ihrer eigenen Biografie. Sie stellen sich Fragen, bei denen es darum geht, welche Erfahrungen mit Sterben, Tod und Trauer sie gemacht haben: Was sind meine Werte, meine Überzeugungen? Welche Ängste und Hoffnungen bewegen mich?

Sie lernen außerdem, wie mit Trauer umzugehen ist und wie es gelingt, jemanden, der bald sterben wird, kennenzulernen: Wie schnei-

det man behutsam wichtige Themen? Was drücken Menschen mit der Körpersprache aus? Was ist aktives Zuhören?

„Zum Leben gehört das Sterben dazu“, sagt Uta Reinholz. Wer jemandem beim Prozess des Sterbens und Leidens unterstützen möchte, der müsse sich auch mit dem Leben und dem Tod beschäftigen: reflektieren und lernen. „Wer selbst voller Angst ist, kann sie jemand anderem nicht nehmen.“

Teil der Ausbildung ist auch ein Praktikum. Angeleitet von erfahrenen Kolleginnen und Kollegen machen die Ehrenamtler erste eigene Erfahrungen in der Sterbe- und Trauerbegleitung. In dem Hospiz arbeiten 15 Mitarbeitende, Kranken- und Pflegekräfte mit palliativer Querausbildung, eine Pflegedienstleitung und Hauswirtschaftsfrauen.

Die Erfahrungen der Ehrenamtler sind sehr individuell. Sie berichten davon den anderen bei dem Treffen. Eine der Teilnehmerinnen in der Ausbildungsgruppe erzählt von einer Frau, die ihr in Erinnerung geblieben ist. Die Frau habe sie gefragt, ob sie ihr eine Zitrone bringen könne. Als die Ehrenamtlerin ihr eine gab, habe die Frau die Zitronenscheibe ausgesaugt bis zum Schluss und geschwärmt, wie gut sie ist. „Bring mir noch eine“, habe sie dann gesagt.

Ein Licht für die Menschen: Die Kerze brennt im Lindauer Hospiz, wenn vor Kurzem jemand verstorben ist. FOTO: RST



Ein Dienst an der Gesellschaft, der ohne das Ehrenamt nicht auskommt

Als vor 35 Jahren die erste palliative Arbeit gemacht wurde, lag sie ganz in den Händen von Freiwilligen

Von Ronja Straub

LINDAU - Sterbebegleitung in Lindau hat ihren Ursprung im Ehrenamt. Als vor 35 Jahren die erste palliative Arbeit gemacht wurde, lag sie ganz in den Händen von Freiwilligen.

Es ist ein dickes Buch, das Uta Reinholz aus dem Regal zieht. Darin gesammelt sind Einträge von Menschen, die in den vergangenen Jahren im Lindauer Hospiz gestorben sind. Bilder, Todesanzeigen und ein paar Worte, die Angehörige hineingeschrieben haben. Uta Reinholz erinnert sich an viele und an manche besonders gut. Da ist zum Beispiel die Frau, die das Rauchen einfach nicht seinlassen konnte. Und auch noch im Bett im Hospiz mit der Zigarette in der einen und dem Sektglas in der anderen Hand saß. „Wenn man sein Leben lang raucht, kann man auch nicht ganz am Ende damit aufhören“, habe die Frau damals gesagt.

Seit 35 Jahren leistet das Lindauer Hospiz Sterbebegleitung. Uta Reinholz erinnert sich an das Jahr 1986, als sie bei dem ersten Vortrag von Maja Dornier, Vorsitzende von Hospizverein und Besuchsdienst, dabei war. Das hatte sie so überzeugt, dass sie danach selbst mit der Ausbildung begann. Maja Dornier und Christa Popper gründeten damals den Verein Besuchsdienst für Kranke und Sterbende und begannen Pionierar-



Ein Buch hält Uta Reinholz in der Hand, viele weitere stehen im Regal: Die Bücher enthalten Erinnerungen an alle Menschen, die im Hospiz verstorben sind. Uta Reinholz erinnert sich besonders gut an eine fröhliche Frau, die in den 1990er Jahren im Hospiz starb und mit Zigaretten und Sekt im Bett lag, weil sie einfach nicht anders konnte. „Wenn man sein Leben lang raucht, kann man auch nicht ganz am Ende damit aufhören“, habe die Frau damals gesagt. FOTO: RONJA STRAUB

beit. Man entwickelte Konzepte und Programme, um die Öffentlichkeit auf das Thema aufmerksam zu machen und weitere Ehrenamtliche zu finden. Es klappte. Die erste Gruppe bestand aus 20 Frauen und zwei Männern. Ihren ersten Einsatz im Krankenhaus hatten sie bereits im Frühjahr 1987.

Uta Reinholz erinnert sich noch gut an ihre erste Sterbebegleitung im Krankenhaus. Sie hat ihre Erfahrungen schriftlich festgehalten: „Die Frau war über 80, hatte eine sehr lebendige Ausstrahlung und verabschiedete sich von einem ebenfalls älteren Herrn, als ich das Zimmer betrat. Wir hatten ein nettes Gespräch

miteinander, ich erklärte ihr, wer ich bin und dass ich sie gerne in den Tagen nach ihrer Operation besuchen würde. Sie erzählte etwas aus ihrem Leben, von ihrer Geburthinderung seit Geburt an. Dann schickte sie mich fort, weil sie müde sei“, schreibt Uta Reinholz. Später habe die Frau zu ihr gesagt: „Ich habe

immer gerne gelebt – und jetzt sterbe ich auch gerne. Geht jetzt bitte, ich bin müde und möchte schlafen.“ Das waren ihre letzten Worte. „Danach schlief sie ein und wachte nicht mehr auf. Am nächsten Abend starb sie“, schreibt Uta Reinholz.

Nach dem Jahr 1897 baute sich die Hospizarbeit in Lindau immer weiter aus. Nach dem ersten Hospiztag in der Inselhalle mit mehreren Hundert Teilnehmern, wurde dem Verein das Haus Brög zum Engel angeboten, um dort ein stationäres Hospiz aufzubauen.

Ab 1998 bauten Ehrenamtliche und Helfer das Haus um und im Januar 1998 konnte der Besuchsdienst das stationäre Hospiz eröffnen. Anfangs übernahmen die Ehrenamtlichen noch einen großen Teil der Hauswirtschaft, weil nur Pflegekräfte eingestellt wurden. Seit dem Jahr 2001 arbeiteten zwei weitere Pflegekräfte in dem Lindauer Hospiz. Als die Tätigkeit 2007 gesetzlich geregelt wurde, wurde der Besuchsdienst Arbeitgeber mit hauptamtlicher Koordinatorin.

Heute wird das Lindauer Hospiz mit acht Betten betrieben. Und die ehrenamtlichen Helfer und Helferinnen sind ein wichtiger Baustein. Sie unterstützen die Hauptamtlichen – im Hospiz, Krankenhaus, im Pflegeheim oder zu Hause machen sie Sitzwache.