

# Miteinander quatschen oder einfach die Stille ertragen

Andrea Nonnast ist Sterbebegleiterin – Was sie in ihrem Ehrenamt gelernt hat

Von Ronja Straub

LINDAU - Andrea Nonnast hat schon viele Menschen in ihren letzten Tagen begleitet. Sie hat viel Zeit damit verbracht, zuzuhören, zu lachen und zu sprechen – aber auch damit, die Stille zu ertragen. Über ein Ehrenamt, das nicht nur den Sterbenden hilft.

Er will ihre Hand gar nicht mehr loslassen. Schon seit ein paar Minuten hält der Mann Andrea Nonnast ganz fest, schüttelt und schüttelt ihre Hand. „Das kenne ich schon von ihm“, sagt die 60-Jährige. Zwischen den beiden scheint es eine Verbindung zu geben, die nur sie spüren.

Jeden Mittwoch besucht Andrea Nonnast den Mann, dessen Namen in diesem Artikel nicht genannt wird. Sprechen kann er schon lange nicht mehr. Aber wenn die Weißensbergerin ihn besucht, kommt hier und da mal ein Wort aus seinem Mund. „Hallo“, sagt er auch an diesem Nachmittag zu ihr – dann lässt er die Hand wieder los und grinst kurz.

„Mittwoch ist sein Impulstag“, sagt seine Frau. Manchmal passiert etwas Lustiges, an anderen Tagen sind die Frauen einfach nur da. Andrea Nonnast besucht den Mann nicht alleine. Dabei ist auch Christine Köberle.

Links und rechts setzen sich die Frauen dann neben das Bett des Mannes und unterhalten sich manchmal auch nur untereinan-

der. „Dann kann er uns zuhören“, sagt Köberle, die wie Andrea Nonnast auch eine Ausbildung zur Sterbebegleiterin für den Besuchsdienst für Kranke und Sterbende in Lindau gemacht hat. „Es geht im Grunde nur darum, dass wir da sind und ihm unsere Zeit schenken.“

Ihre Zeit schenken die beiden Frauen nicht nur den Sterbenden – sondern auch deren Angehörigen. „Mir gibt das viel Sicherheit“, sagt die Frau, die ihren Mann alleine pflegt. Nur dann habe sie Zeit, etwas in Ruhe zu machen. Manchmal lege sie sich einfach nur hin, um sich auszurufen. Ein andermal geht sie ganz ohne Stress einkaufen.

„Sonst jage ich durch den Supermarkt und will schnell nach Hause.“

Seit sechs Jahren ist Andrea Nonnast in der Sterbebegleitung tätig. Neben ihrer hauptberuflichen Tätigkeit im ambulanten Dienst, investiert sie viel Zeit dafür. Etwa 30 Prozent ihrer Zeit fließe in das Ehrenamt. Die 60-Jährige übernimmt auch Sitzwachen bei Sterbenden, kocht im Hospiz oder backt Kuchen. Mehrmals die Woche besucht sie Sterbende zu Hause.

Oft werde sie gefragt, wieso sie das machen, erzählt Andrea Nonnast. „Was bekommst du dafür?“, wollten manche von ihr wissen.

Ihr habe das Ehrenamt aber et-

was viel Wertvolleres als Geld geschenkt: Nämlich Zeit, sagt Andrea Nonnast. „Und ich bin mit Menschen zusammen, die mich so nehmen, wie ich bin.“ Außerdem könne sie mittlerweile besser zuhören – und Stille ertragen. Denn bei der Sterbebegleitung müsse nicht immer gesprochen werden. „Manchmal sitzen wir auch einfach nur bei den Leuten und sind da.“

Zu dem Ehrenamt gekommen ist Andrea Nonnast über einen Todesfall in der Familie. Ihr Mann wollte damals nicht im Krankenhaus sterben, sondern zu Hause. „Es kam eine Sterbebegleitung zu uns – das war toll“, erzählt die 60-Jährige. Ihr war damals schon klar: „Sobald ich Zeit habe, möchte ich das auch machen.“ Einige Jahre später begann sie die einjährige Ausbildung im Lindauer Hospiz.

Anfangs hatte Andrea Nonnast auch mal Zweifel. „Ich war mir nicht sicher, ob ich alles richtig mache“, sagt sie. Aber die Angst sei schnell verfliegen. Die Reaktionen der Menschen hätten ihr gezeigt, dass sie richtig ist, wenn sie sie selbst ist. „Ich komme in eine Privatsphäre und darf einen Menschen intensiv kennenlernen.“ Allein das gibt ihr Sicherheit.

So ist es auch bei dem Mann, den Andrea Nonnast und Christine Köberle jeden Mittwoch besuchen. Wenn sie Zeit zusammen verbringen, fühlen sich alle wohl.



Andrea Nonnast und Christine Köberle machen das Ehrenamt schon seit vielen Jahren: Die Sterbebegleitung gibt auch ihnen etwas zurück. FOTO: RONJA STRAUB