

## Begleiten bis zuletzt

Eine Ausstellung über Cicely Saunders in der Stadtkirche rückt vom 1. bis 14. Mai die Ursprünge der Hospiz- und Palliative Care in den Fokus. Aber was bedeutet Palliative Care? Für Menschen in einer palliativen Situation – Begleitete und Begleitende? Interview mit zwei Freiwilligen.

Im Kanton Aargau bestehen unter der Ägide der beiden grossen Landeskirchen und von Palliative Care Aargau seit fast 15 Jahren neun Regionalgruppen. Ihnen sind Freiwillige zugeordnet, die Menschen in palliativen Situationen begleiten. Auch in der Aus- und Weiterbildung sind die Kirchen engagiert.

Zwei Frauen in der Regionalgruppe Aarau habe ich zu einem Interview getroffen und habe mir von ihrer Arbeit erzählen lassen. Hildegard und Laurene haben vor vielen Jahren Ausbildungskurse besucht, um in diese Freiwilligenarbeit einsteigen zu können.

«Echtes Zuhören kann viel bewirken.»

Was hat euch damals am meisten motiviert, euch zu einem solchen Kurs anzumelden?

Hildegard: Ich kam aus der Pflege und wollte etwas Sinnvolles nach meiner beruflichen Tätigkeit machen. Ich hatte in meiner Arbeit im Pflegebereich oft sterbende Menschen begleitet und gesehen, dass die allerletzte Lebensphase ein ganz wichtiger Teil des Lebens ist und jeder Mensch in unserer Schweiz eine würdige Pflege und Begleitung in der letzten Lebensphase verdient. Laurene: In den 90er-Jahren erlebte ich in meiner Familie und nahen Verwandtschaft viele Todesfälle. Das brachte mich mit der Zeit zu einem vertieften und längeren Nachdenken über Sterben und Tod, vor allem auch über mein eigenes endliches Leben. Dann stiess ich zufällig auf ein Inserat der Landeskirche, und es passte einfach.

Wie habt ihr den Einstieg und die ersten Begleitungen erlebt? Habt ihr besondere Erinnerungen daran?

Laurene: Einer meiner ersten Einsätze führte mich zu einer hochbetagten Frau zu Hause. Der Ehemann brauchte Entlastung. Die

Begleitung dauerte ein Jahr und wurde später auch im Heim weitergeführt. Ich schätzte das nähere Kennenlernen und das Zuhören, wenn sie aus ihrem Leben erzählte. Hildegard: An einen ganz konkreten Fall kann ich mich nicht mehr erinnern. Ich schätzte aber von Anfang an, dass ich als Freiwillige im Unterschied zur beruflichen Pflege nicht mehr ständig auf die Uhr schauen musste. Mit einer Frau machte ich regelmässig kleine Ausflüge ins Dorfzentrum, weil das ihr Wunsch war und sie sich immer sehr darüber freute. Ich konnte mir diese Zeit einfach nehmen.

Was hat euch in dieser Freiwilligenarbeit am meisten geprägt?

Hildegard: Mich prägt die Verschiedenheit der Menschen und ihr Umgang mit der Endlichkeit. Als Begleitende haben wir Zeit für Bedürfnisse und Wünsche von Menschen in ihrer letzten Lebensphase, für die sonst oft niemand Zeit hat. Laurene: Am meisten prägte mich, dass diese Begegnungen ein Lernfeld waren. Ich ging auf das Gesprächsbedürfnis meines Gegenübers ein und lernte echtes Zuhören. Menschen konnten ihren Lebensweg erzählen und ihre Erfahrungen mit mir teilen. Angehörige haben dafür oftmals kein Ohr, keine Zeit oder Mühe damit, solche Geschichten immer wieder zu hören. Diese Begegnungen sind eine Bereicherung. Zum Beispiel, wenn mich ein Mensch mit Demenz nach einigen Besuchen anlächelt, als wollte er sagen: «Ich erkenne dich, du bist ein vertrautes Gesicht.» Die Menschen warten auf uns. Auch unsere Verlässlichkeit zählt in dieser Beziehung.

Was bedeutet es für euch persönlich, Menschen am Lebensende zu begleiten?

Laurene: Direkt in der Sterbephase



Begleitung mit Zeit und Herz: Laurene (l.) und Hildegard (r.). Foto: Dagmar Bujack

geht es oft gar nicht in erster Linie darum, die sterbende Person zu begleiten, sondern vielmehr darum, die Angehörigen zu unterstützen. Für viele sind solche Situationen unbekannt, und sie wissen nicht, wie sie damit umgehen sollen. Die sterbende Person ist oft zufrieden, ruhig und froh, wenn sie keine Schmerzen hat. Angehörige haben hingegen keine Erfahrung mit dem Ablauf eines Sterbeprozesses. Sie sind berufstätig, in ihre eigene Familie eingebunden, müssen diesen Spagat schaffen und stossen dabei an ihre Grenzen.

Hildegard: In diesem Zusammenspiel mit den Angehörigen sind Nachteilsätze für uns eine besondere Herausforderung, zugleich aber auch eine wichtige Entlastung für die Angehörigen. Hin und wieder nehmen wir eine vermittelnde Rolle ein, wenn Angehörige sich nicht einig sind, wie sie mit dem Menschen umgehen sollen, der sich im Sterbeprozess befindet.

Es gibt nichts Individuelleres als das Sterben eines Menschen. Und wenn noch eine andere Herkunftskultur ins Spiel kommt, dann wird es noch vielfältiger.

Wie würdet ihr beide andere Menschen zu dieser Art von Freiwilligenarbeit ermutigen? Was muss man eurer Meinung nach von sich aus mitbringen?

Hildegard und Laurene: Zeitliche Flexibilität, um Anfragen für akute Sterbebegleitungen annehmen zu können. Offenheit für alles, was einem begegnen kann. Man muss sich bewusst sein, dass man in den Privatbereich eines fremden Menschen eintritt, bis hin zu sporadischen kleinen pflegerischen Verrichtungen. Es gibt kein Richtig und

kein Falsch. Wichtig ist, gut in sich hineinzuhören: Habe ich Blockaden? Wo habe ich sie? Es braucht Empathie und Mitgefühl, aber auch die Fähigkeit, sich abzugrenzen. Dazu kommt die Bereitschaft, sich mit dem Thema Sterben und Tod auch auf der eigenen persönlichen Ebene auseinanderzusetzen. Man muss Menschen mögen!

Junge Menschen besuchen Geburtsvorbereitungskurse, wenn eine Geburt bevorsteht. Das ist das Normalste der Welt. Auf das eigene Sterben bereiten wir uns dagegen noch immer zu wenig vor. Mit Blick auf die Zukunft sollten wir älteren Menschen lernen, uns gegenseitig zu begleiten. Die Pflege und Begleitung innerhalb und ausserhalb von Institutionen wird in Zukunft eine noch grössere Herausforderung sein, als sie es heute bereits ist.

Dagmar Bujack  
Pfarrerin

Ausstellung Cicely Saunders  
mit Rahmenprogramm → Seite 3

Freitag, 1. – Donnerstag, 14. Mai  
8–18 Uhr, Stadtkirche

Die Ausstellung wird unterstützt von den beiden grossen Landeskirchen und Palliative Care Aargau. Ein umfassendes Rahmenprogramm vertieft das Thema und lädt zur Auseinandersetzung ein. Im Zentrum stehen auch die Einsätze von Freiwilligen, die Menschen in ihrer letzten Lebensphase begleiten und Angehörige entlasten.



«Du zählst, weil du bist.» Cicely Saunders (1918–2005)

Foto: zvg

## Im Fokus

1. – 14. Mai, täglich 8–18 Uhr, Stadtkirche

### Ausstellung Cicely Saunders und Rahmenprogramm

Unsere Gesellschaft befindet sich in einem ständigen Wandel. Das gilt auch für den Umgang mit sterbenden Menschen und mit dem Tod.

Die Engländerin Cicely Saunders hat sich seit Mitte des 20. Jahrhunderts unvoreingenommen und mit grosser Leidenschaft für den Menschen, insbesondere für die Bedürfnisse und Belange von schwerkranken und sterbenden Menschen eingesetzt. Als Begründerin der modernen Hospizbewegung wurde sie zudem zur Pionierin eines weltweit anerkannten Konzepts: Palliative Care.

Anlässlich ihres 20. Todesjahres ist ihr seit 2025 eine Wanderausstellung gewidmet, die bereits an mehreren Orten in der Schweiz und im nahen Ausland gezeigt wurde und weiterhin zu sehen ist.

Träger dieser Ausstellung sind die Aargauer Landeskirchen und palliative aargau.

Aus diesem Anlass hat die Koordinationsgruppe Alter der Stadt Aarau gemeinsam mit ihren verschiedenen Mitgliedern ein interessantes Begleitprogramm zu dieser Ausstellung erarbeitet, massgeblich unterstützt durch den Fachbereich Alter der Stadt Aarau. Wir laden Sie herzlich zu diesen Anlässen ein.

Nehmen Sie teil und informieren Sie sich auf vielfältige Weise über den Ansatz der Palliative-Care-Bewegung, die Person Cicely Saunders, die zugrunde liegende Praxis und die Themen, die Menschen am Ende ihres Lebens beschäftigen. Erfahren Sie, wie Palliative Care auf deren Bedürfnisse, Fragen, Befindlichkeiten, Sorgen und Hoffnungen eingeht.

Dagmar Bujack  
Pfarrerin, Mitglied  
«Koordinationsgruppe Alter Aarau»

#### Vernissage

**Samstag, 2. Mai**  
10 Uhr, Stadtkirche

Referat: Pfrn. Dr. Martina Holder:  
«Cicely Saunders – Was können wir von der Palliative-Care-Pionierin lernen?»  
Musik: Ilja Völlmy (Piano),  
anschliessend Apéro

**«Ferdinand Hodler und der Tod»  
Vortrag**

**Sonntag, 3. Mai**  
17 Uhr, Aargauer Kunsthaus

Dr. Ulf Küster, Kurator an der Fondation Beyeler und Autor einer Hodler-Biografie, spricht über das Spätwerk des Malers. Eines der Gemälde, auf die er sich beziehen wird, ist das bekannte Bild «Die tote Valentine Godé-Darel mit Rosen» (1915), welches sich in der Sammlung des Aargauer Kunsthauses befindet. Anschliessend Apéro

**«Bis zuletzt»  
Film und Podiumsgespräch**

**Donnerstag, 7. Mai**  
19 Uhr, Stadtmuseum Aarau, UG

Der Dokumentarfilm der Berner Fachhochschule (BFH) sensibilisiert für die Lücke zwischen dem Wunsch, zu Hause zu sterben, und der Realität, indem er Angehörige, Pflegende und Gemeindevertreter in der Schweiz begleitet. Anschliessend Podiumsgespräch mit Prof. Dr. Claudia Michel (BFH, Departement Soziale Arbeit), Julia Habermacher (Hospiz Aargau), Christian Wernli (Palliativ-Team Spitex Suhrental Plus). Moderation: Karin Zimmermann, Radio SRF AG/SO

**Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag  
und Bestattungsvorsorge  
Vortrag und Gespräch**

**Montag, 11. Mai**  
18.30 Uhr, Senevita Gais

Referentinnen: Ruth Treyer, Pro Senectute Aargau, und Erika Hochuli, Hochuli Bestattungsinstitut. Erfahren Sie, wie Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung Selbstbestimmung sichern und Angehörige entlasten. Mit rechtlichen Grundlagen und praktischen Tipps.

**«Auf den Abschluss des Lebens  
zugehen – was dabei helfen kann»  
Veranstaltungsreihe «Zukunft  
Alter» der Stadt Aarau**

**Dienstag, 12. Mai, 14 Uhr  
Kultur- und Kongresshaus (KuK)**

Referent: Dr. Heinz Rüeegger, Theologe, Ethiker und Gerontologe. Weil unser Leben endlich ist, braucht auch der Abschied Fürsorge: Palliative Care schenkt Linderung und Lebensqualität bis zuletzt. Das Referat wird ergänzt mit Erfahrungsberichten. Die Organisationen der Koordinationsgruppe Alter Aarau laden anschliessend an ihren Informationsständen zum Austausch und zu Gesprächen ein. Moderation: Karin Zimmermann, Radio SRF AG/SO

