

Menschen bis ans Ende begleiten

STERBEBEGLEITUNG JOLANDA OBERHOLZER ERZÄHLT VON IHRER BESONDEREN TÄTIGKEIT

Die Begleitgruppe Oberkirch entlastet Angehörige von Sterbenden. Die Leiterin Jolanda Oberholzer spricht mit dieser Zeitung über ihre besondere Tätigkeit.

Jolanda Oberholzer begleitet Sterbende bis in den Tod. Die 57-jährige Oberkircherin ist gelernte MPA und arbeitet im 60-Prozent-Pensum am Spital Sursee als Sekretärin in der Abteilung Rheumatologie. Sie ist verheiratet und hat zwei Söhne im Erwachsenenalter. Daneben singt sie im Kirchenchor und macht Farbberatung. Sie engagiert sich seit jeher für Freiwilligenarbeit, erzählt sie. «So bin ich aufgewachsen, dass man sich engagiert.» Auch die Begleitgruppe, die Jolanda Oberholzer ins Leben gerufen hat und leitet, basiert auf dem Einsatz von Freiwilligen. Die Gruppe kommt zum Tragen, wenn es darum geht, die Angehörigen zu entlasten. «Wir sind das letzte Rädchen im Getriebe», erklärt die Gruppenleiterin. Die Gruppe ist konfessionslos und darf von allen, die es wünschen, in Anspruch genommen werden.

Jolanda Oberholzer, wie sind Sie dazu gekommen, Sterbebegleitung zu machen?

Die Begleitgruppe wurde 2016 auf Anregung der Leitung des Pflegezentrums Oberkirch gegründet. Mich hat damals die Kirchgemeindeführerin gefragt, ob ich dies übernehmen wolle. Das Thema «Sterben» begleitet mich seit jungen Jahren – insbesondere Erlebnisse aus meiner Zeit in Indien, als ich als 28-jährige in einem Kinderheim arbeitete, haben mich stark geprägt. Dort starben Menschen unter Bedingungen, die man sich hier nicht vorstellen kann. Seither habe ich einen ganz anderen Zugang zum Tod.

Wie sieht ein typischer Einsatz aus?

Die Einsätze finden grundsätzlich in der Nacht statt, selten am Tag. Wir machen in der Regel keine pflegerischen Massnahmen, sondern halten Sitzwache. Bei einem Anruf der Heimleitung oder direkt von Angehörigen muss man meist schnell handeln. Ich frage über Telefon oder Whatsapp in der Gruppe an, wer Zeit hat, und arbeite dann einen Zeitplan aus. Wir decken maximal drei Nächte nacheinander ab. Dazu kläre ich ab, was die genauen Bedürfnisse sind – ob es nur eine Einschlafhilfe braucht oder ob die Einsätze die ganze Nacht dauern. Das Wichtigste ist, dass die Kommunikation mit den Angehörigen und den anderen betreuenden Gruppierungen stimmt. Zudem: Für die Menschen, die wir betreuen, sind wir fremde Personen. Das gilt es zu respektieren und eine gewisse Distanz ist zu bewahren. Aber ich bin überzeugt, wer achtsam ist, macht intuitiv das Richtige.

Wie machen Sie das?

Es gibt kein Patentrezept. Manchmal atme ich einfach zusammen mit dem Patienten, manchmal meditiere ich für mich. Es kann auch das Radio laufen oder ich habe auch schon etwas vorgelesen.

Haben Sie erlebt, dass jemand während des Einsatzes gestorben ist?

Ja, einmal. Es ist ein sehr intimer Moment. Es ist schön, wenn jemand ruhig gehen darf. Aber jede Person stirbt, wann sie will. Ich empfand es als Geschenk, dass ich dabei sein durfte. Unsere Aufgabe ist es, jemanden nicht alleine zu lassen. Es kann aber auch zu viel sein, wenn immer jemand da ist. Darum gehe ich während einer Wache immer auch zwischendurch kurz aus dem Raum.



Jolanda Oberholzer aus Oberkirch engagiert sich freiwillig in der Sterbebegleitung.

FOTO FLAVIA RIVOLA

Wie viele Einsätze haben Sie geleistet?

Das ist schwierig zu sagen. Wir sind nicht monatlich aktiv. Die Einsätze sind nicht im Voraus planbar. Zudem kommen wir im Spital nicht zum Einsatz, da dort eine eigene Begleitgruppe existiert.

Wie viele Einsätze macht die Begleitgruppe?

Zurzeit nicht so viele. Wir können uns natürlich auch nicht aufdrängen. Manchmal gibt es monatelang nichts, dann aber zwei oder drei Fälle auf einmal.

Wo finden die Einsätze hauptsächlich statt?

Die meisten Einsätze haben wir im Pflegeheim. Bisher habe ich nur zwei Personen zu Hause begleitet.

Warum dürfen die Leute nicht zu Hause sterben?

Früher war es noch üblich, dass man zu Hause stirbt. Heute gibt es nicht mehr so viele Generationenhäuser. Häufig wohnen die Angehörigen und die sterbende Person nicht am selben Ort oder die Angehörigen sind berufstätig. Dazu kommt, dass Sterben ein Prozess ist, den nicht alle gleich gut handhaben können. Viele fühlen sich mit der Situation überfordert oder haben Angst. Es ist leider viel Unwissen und Angst vorhanden. Es braucht Leute von aussen, die einem den Sterbeprozess erklären können. Und die Betreuung muss gut abgesprochen werden. Dies ist derzeit noch ein Riesenaufwand.

Was müsste verbessert werden, damit die Leute vermehrt zu Hause sterben können?

Es braucht einerseits eine gute Aufklärung der Familien über den Sterbeprozess, andererseits eine verbesserte Koordination unter den betreuenden Akteuren. Dafür ist die Ausstellung «Zu Hause sterben» gedacht (Anm. d. Red: s. Kasten). Wenn sich etwa die einzelnen Begleitgruppen aus der Region zusammenschliessen könnten, würde dies aus meiner Sicht mehr Ressourcen und eine andere Handhabung ermöglichen. Die Zeit mit jemandem zu verbringen, der sich auf den Weg begibt, das ist etwas so Wertvolles. Gerade, wenn man noch miteinander sprechen kann. Wenn wir das ermöglichen können, dann geht das nirgends so gut wie zu Hause. Denn das Spital kann auch eine Hemmschwelle für Besuchende sein. Aber manchmal geht es nicht anders als im Spital, deshalb muss niemand ein schlechtes Ge-

wissen haben. Es soll individuell stimmig sein. Es soll kein Stigma sein, wenn man nicht zu Hause sterben will oder kann.

Was halten Sie von aktiver Sterbehilfe?

Unsere Begleitgruppe hat nichts mit aktiver Sterbehilfe zu tun. Ich kenne privat nur zwei Personen, die diesen Weg gewählt haben. Ich will das nicht werten, da stecken individuelle Lebensphasen und Leidenswege dahinter. Diese Personen haben sich das reiflich überlegt. Ich finde es gut, dass es Hürden gibt, damit man Sterbehilfe nicht leichtfertig in Anspruch nimmt.

Und dieses neue Gerät «Sarco»?

Mich persönlich dünkt dies abtossend. Es wirkt so computerisiert, es ist eine Maschine, die einem beim Sterben hilft.

Weiss eine Sterbebegleiterin mehr über das Leben nach dem Tod?

Ich weiss, dass die Leute danach friedlich aussehen. Ich persönlich glaube, dass es einen Moment braucht, bis sich die Seele vom Körper löst, und dies darf man nicht einfach kappen. Darum sind Zeit und Rituale, um Abschied zu nehmen, wichtig.

Wie beeinflussen Ihre Erlebnisse Ihre Einstellung zum eigenen Tod?

Man lebt sicher achtsamer und bewusster. Angst vor dem Tod habe ich nicht, ich weiss, dass er eines Tages

kommt. Ich denke, dass man danach an einen friedlichen Ort kommt.

Wie kommt Ihr Umfeld mit Ihrer Tätigkeit zurecht?

Die Familie reagiert gelassen. Wenn ich von einem Einsatz komme, lassen sie mir Zeit und Ruhe. Es gibt einzelne Reaktionen im Bekanntenkreis im Sinne von «Wie kannst du das machen». Aber ich thematisiere dies ohnehin nicht gross. Die Begleitgruppe hat Schweigepflicht.

Wie gehen Sie mit dem Erlebten um?

Ich kann gut loslassen. Bei einem Spaziergang draussen kann ich das Erlebte für mich verarbeiten. Innerhalb der Begleitgruppe dürfen wir uns miteinander austauschen und über die Einsätze sprechen. Dies machen wir per Telefon oder wir treffen uns.

Welches war Ihr eindrücklichstes Erlebnis als Begleitperson?

Am meisten beeindruckt hat mich mein erster Einsatz, der bei einer Person zu Hause stattfand. Wie da zusammengearbeitet wurde und alles zueinander gepasst hat. Das hat mich sehr geprägt. Auch das Gefühl «hoffentlich mache ich das richtig», als ich das erste Mal allein wachte, war bleibend. Aber ich habe auch gemerkt, dass es friedlich ist und ich gar keine Angst haben muss. Man ist in dieser Zeit nur bei sich und der sterbenden Person, alles andere ist gar nicht mehr so wichtig. Das gibt einem auch Energie. **FLAVIA RIVOLA**

Ausstellung über «Zu Hause sterben»

VERANSTALTUNGEN Obwohl eine grosse Mehrheit der Bevölkerung zu Hause sterben möchte, geht der Wunsch nur für ganz Wenige in Erfüllung. Vom 10. bis 14. September zeigt der Verein «Palliativ Luzern» die Ausstellung «Zu Hause sterben» im Pfarreizentrum Sursee und vom 22. Oktober bis 3. November in der Peterskapelle Luzern. Die Ausstellung ist von der Berner Fachhochschule BFH entwickelt worden. Sie sensibilisiert für das Thema und gibt Impulse zu den Voraussetzungen, damit dieser Wunsch für möglichst viele optimal umgesetzt werden kann. Denn die letzte Lebensphase wird von den Betroffenen, den Angehörigen oder dem medizinischen Fachpersonal ganz

unterschiedlich erlebt – und bei den grossen Fragen des Lebens und Sterbens ist die spirituelle Begleitung gefordert. Am Dienstag, 10. September, findet von 18 bis 20 Uhr im Pfarreizentrum Sursee eine öffentliche Veranstaltung unter dem Titel «Sterben leben – in einer fürsorgenden, solidarischen Gemeinde» statt. Eine zweite Veranstaltung wird am Samstag, 14. September, von 10 bis 12 Uhr im Pfarreizentrum Sursee durchgeführt. Der Theaterkoffer Luzern führt Szenen aufgrund von Alltagserfahrungen auf. Die Veranstaltungen sind öffentlich und kostenlos. **RIV**

Weitere Informationen und Programm unter www.palliativ-luzern.ch/sterben-zuhause

«Wenn nicht jetzt, wann dann?»

MARKTPLATZ 60PLUS Nach dem grossen Erfolg von 2022 führen die 19 Gemeinden von «Alter bewegt» dieses Jahr wieder einen regionalen Marktplatz 60plus durch. Dieser findet am Samstag, 28. September, von 10 bis 16 Uhr im Pfarreizentrum Sursee statt.

Das diesjährige Motto lautet «Wenn nicht jetzt, wann dann?». Als Hauptredner konnte Dr. Ludwig Hasler gewonnen werden. «Wie wir gut gelaunt altern» ist sein Thema, welches sehr gut zum Motto passt. Ziel ist es, auch «junge» Seniorinnen und Senioren anzusprechen und eine Gelegenheit zu schaffen, sich auszutauschen, sich zu vernetzen und sich inspirieren zu lassen. Im Pfarreizentrum stellen am 28. September von 10 bis 16 Uhr 18 Gemeinden und diverse Organisationen ihre Angebote und Highlights vor. Neu dabei sind die Gemeinden Beromünster, Buttisholz und Rickenbach. Am Nachmittag können Vorträge zu den Themen Pensionierungsvorbereitung, Finanzen, Wohnen und Reisen besucht werden. Für die musikalische Unterhaltung sorgen die Musikschulen der Region. Das Aktive Alter Hildisrieden verwöhnt die Gäste mit Risotto und Bratwurst vom Grill. Der regionale Marktplatz 60plus ist der einzige regionale Anlass in dieser Form. Organisiert wird der Marktplatz vom Gemeindeverbund «Alter bewegt», zusammen mit den katholischen und reformierten Kirchen Sursee. Die Ausstellung ist kostenlos. **PD**

Weitere Informationen sind unter www.alterbewegt.ch zu finden.

SP reicht Beschwerde ein

STEUERGESETZREVISION Die Abstimmung zur Luzerner Steuergesetzrevision 2025 soll verschoben werden. Dies verlangt die SP Kanton Luzern. Ihrer Meinung nach ist die regierungsrätliche Abstimmungsbotschaft einseitig und intransparent.

In einer Mitteilung kritisiert die SP, dass in der Botschaft zur Abstimmung vom 22. September die effektiven Kosten der Steuersenkungen nicht ersichtlich seien. Die Steuerausfälle würden mit den Einnahmen aus der OECD-Mindeststeuer vermischt. SP-Kantonalpräsident David Roth wirft dem Regierungsrat in der Mitteilung ferner «Irreführung» vor. Die Kantonsregierung schreibe, dass mit der Steuergesetzrevision natürliche und juristische Personen «gleichermaßen» entlastet würden, teilte die SP mit. Weil aber nur 21 Prozent der Steuereinnahmen von Unternehmen stammen würden, profitierten diese im Verhältnis von deutlich höheren Steuersenkungen als die Einwohnerinnen und Einwohner.

Zu wenig Platz für Gegenargumente

Die SP ist zudem der Ansicht, dass in der Abstimmungsbotschaft die Gegenargumente zu kurz kommen. Die Regierung führe auf rund 19 Seiten ihre Argumente aus, die Gegenargumente erhielten eine knappe halbe Seite an Platz. Die Partei kritisierte auch die Verlautbarungen des Regierungsrats letzte Woche zum Budget 2025 und dem Aufgaben- und Finanzplan bis 2028. Demnach fallen ab 2026 die Einnahmen aus der OECD-Mindeststeuer rund 360 Millionen Franken höher aus als bislang angenommen. Die Kantonsregierung habe versucht, mit «ungesicherten Versprechen» zur Verwendung dieser Einnahmen die Abstimmung vom 22. September zu beeinflussen, erklärte die SP. Aus diesen Gründen fordere sie Korrekturen in der Abstimmungsbotschaft, teilte die SP mit. Es müsse ein neuer Abstimmungstermin angesetzt werden. **SDA**