

Verein Hospiz Zug

«Jeder Tod ist individuell»



In der Natur kommt Ulrike Exl nach einer Sterbebegleitung selber wieder zur Ruhe.

BILD STEFAN KAISER

Die Zugerin Ulrike Exl begleitet Menschen in den Tod. Sie sagt, warum das manchmal harte Arbeit ist.

MARTIN SCHUPPLI
redaktion@neue-zz.ch

Sie arbeiten bei Hospiz Zug in der Leitstelle, begleiten selber Sterbende und Schwerkranke. Was passiert, wenn jemand um Hilfe bittet?

Ulrike Exl*: Ich kläre ab, wer im Sterben liegt. Ists der Ehepartner oder ein Elternteil? Ich möchte mehr wissen über die Diagnose des Kranken, seine Befindlichkeit. Ist er unruhig, schläft er viel? Und natürlich muss ich wissen, ob er zu Hause ist, im Spital, im Pflege- oder Altersheim. Bei privaten Anfragen mache ich einen Besuch, damit die Betroffenen mich kennen lernen können.

Wie läuft eine Begleitung ab?

Exl: Meist sind wir von 22 Uhr bis 5 Uhr morgens im Einsatz. Ich setze mich ans Bett des Kranken, beobachte ihn aufmerksam, versuche ihn zu spüren, möchte wissen, ob er ein Gespräch wünscht, meine Hand halten möchte, oder ob ich nur da sein soll, weil ihm das die Angst nimmt.

Was können Sie Angehörigen abnehmen?

Exl: Die Verantwortung – damit sie eine Nacht ungestört schlafen können. Zudem versuche ich, sie in ihrer Situation zu unterstützen.

Wie begegnen Sie dem Tod?

Exl: Wie jeder Mensch etwas ganz Besonderes ist, ist auch jeder Tod individuell. Ich weiss nie, wann und wie ein Schwerkranker sterben wird. Aber da ich ausschliesslich Menschen begleite, die schon länger krank sind und häufig Schmerzmittel erhalten, sind die letz-

«Ich habe grossen Respekt vor den Menschen, die ihr Leben zu Ende gehen.»

ten Stunden ein langsames Hinübergleiten in eine andere Dimension. Ich habe sehr grossen Respekt vor den Menschen, die ihr Leben zu Ende gehen.

Wie erleben Sie die Sterbenden?

Exl: In der letzten Phase ihres Lebens werden sie unglaublich feinfühlig, die Seele scheint zwischen dem Hier und dem Drüben hin und her zu schweben. Dann sitze ich meistens am Bett, ohne den Sterbenden zu berühren, und begleite ihn in meinen Gedanken.

Können Sie die Angst nehmen?

Exl: Nein. Aber ich kann an der Seite der Betroffenen sein, ihnen die Angst vor dem Alleinsein nehmen. Ich begleite sie durch den Sterbeprozess, ermutige sie, mit Liebe auf ihr Leben zurückzusehen, ihren Lieben noch zu sagen, was vielleicht noch nicht gesagt wurde. In der Hoffnung, dass sie ihr Leben vertrauensvoll zu Ende gehen können.

Das Begleiten von Sterbenden ist sicher eine emotionale Herausforderung.

Exl: Ja. Besonders gefordert bin ich, wenn Sterbende über Schmerzen klagen. Dieses Dabeisein, ohne etwas tun zu können, fällt mir schwer. Nach einer Begleitung freue ich mich auf einen Spaziergang im Wald, wo ich Verbindung zum grossen Ganzen bekomme.

Was passiert mit Ihnen, wenn jemand stirbt?

Exl: Einen Schwerkranken in den letzten Wochen oder Tagen seines Lebens zu begleiten, ist ein intensives Erlebnis. Für mich ist das körperlich und seelisch anstrengend.

Wie meinen Sie das?

Exl: In dieser Zeit bin ich wie durch eine dünne Schnur mit dem Sterbenden verbunden und versuche innerlich, eine Kommunikation aufrechtzuerhalten. Das Sterben empfinde ich manchmal als harte Arbeit, manchmal als

sanftes Hinübergleiten – aber immer als ein bewegendes, existenzielles Erlebnis.

Zum Schluss waschen Sie den Toten und kleiden ihn ein.

Exl: Ja, mit den Angehörigen oder mit einer Hospizkollegin. Das Ritual hilft den Angehörigen, sich der Endgültigkeit bewusst zu werden. Damit ist auch für mich die Begleitung abgerundet.

HINWEIS

* Ulrike Exl (52) lebt seit zwölf Jahren in Zug. Die gebürtige Österreicherin ist verheiratet, Mutter von drei erwachsenen Kindern und engagiert sich seit einem Jahr für den Verein Hospiz Zug. ◀

ANLASS

«AusZeit»

Am Dienstag um 19.30 Uhr lädt der Verein Hospiz Zug ins Pfarreiheim St. Michael, Zug, zur mimi-schen Lebensplauderei mit Christoph Schwager. Mit dem abendfüllenden Soloprogramm skizziert der Künstler auf unterhaltsame, aber auch berührende Art ein Leben, in dem sich Jung und Alt mühelos wieder finden. Der Eintritt ist frei (Kollekte). **red**

HINWEIS

▶ www.hospiz-zug.ch ◀

Was den Zugern wirklich gefällt

Ich muss ehrlich zugeben – ich bin wirklich baff. Tag für Tag, Schlag 14 Uhr, sind Hunderte Besucher Richtung Zuger Messe geströmt. Ab und zu habe ich mich gefragt: Wo kommen diese Leute bloss alle her? Schliesslich pilgern nicht oft solche Heerscharen durch

ZUG UM ZUG

Wolfgang Holz
wolfgang.holz@neue-zz.ch



Zug. Höchstens wenn der EVZ ein Heimspiel hat. Oder wenn auf dem Stierenmarkt Bullen brüllen.

EVZ, Stierenmarkt, Zuger Messe – ist das womöglich das ewige Dreigestirn in Sachen Zuger Identität und Publikumsinteresse? Es sieht ganz danach aus. Dagegen ist nichts einzuwenden. Denn alle drei Happenings – auf denen übrigens überall Bullen auftreten (!) – stellen für sich gesehen einen genialen Erfolg mit viel Tradition dar.

Der EVZ spielt attraktives, siegreiches Eishockey im neuen Stadion: Emotion pur. Die Zuger Messe befriedigt jedes Jahr aufs Neue – obwohl es eigentlich jedesmal dasselbe ist – auf Augenhöhe die Neugier der Zuger. Und alle reiben sich wohligh den Bauch. Und der Zuger Stierenmarkt ist sozusagen der folkloristische «Opernball» mit Herz – nicht nur wegen der tierischen «Tenöre». Aber was ist mit dem Kopf? Mit dem Schönen? Was stösst da in Zug auf Wohlgefallen? Wo ziehts da die Massen hin? Nur bei der Jazznight etwa?

Da fällt mir das geplante neue Kunsthaus ein. Zwar dürfen Zuger jetzt im Rahmen der öffentlichen Mitwirkung ein bisschen mitreden: ob sie sich ein Kunsthaus am Dreispitzplatz oder auf dem alten Kantonsplatz vorstellen können. Wahrscheinlich werden sich wieder einige Ultragegner und einige Befürworter melden. Und der Rest?

Klar, gebrannte Mandeln lassen sich leichter konsumieren als Egon Schieles ausgemergelt anmutende Physiognomien. Und vielfach ist die moderne Kunst, die in Zug im Kunsthaus gezeigt wird, oft genug hartes Brot, sprich: zu sperrig für manche Kunstsinige. Dennoch: Zug hat eine Sammlung, die hochkarätiger ist als der EVZ, der Stierenmarkt und die Zuger Messe zusammen. Leider ist diese Sammlung zu selten zu sehen. Damit alle die tollen Gemälde endlich jeden Tag in Zug geniessen können, brauchen wir ein Kunsthaus. Deshalb mein Vorschlag: Nächstes Jahr auf der Zuger Messe zeigt das Kunsthaus die erotischen Klimts. Sozusagen als Appetizer fürs neue Kunsthaus. Und dann wollen wir doch mal sehen, ob gebrannte Mandeln immer noch der Hit sind.

KONZERT DER JUGENDCHÖRE CHAM UND HÜNENBERG AN DER ZUGER MESSE

«Ich finde es genial, wie die jungen Girls singen»

«Jetzt müsst ihr nur noch auf die Bühne gehen und Spass haben», spornet **Patricia Müller** ihre Schützlinge von den Jugendchören Cham und Hünenberg vor dem gestrigen Konzert an der Zuger Messe an. Die neunjährige **Leta Derungs** ist nervös. Sie freut sich aber besonders auf den Vortrag von Elton Johns «Your Song» –



«und natürlich auf unser Zuger-Messe-Lied». **Andrea Müller** ergänzt: «Das ist ein Ohrwurm.» Auch **Melissa Schel-**



Sind sehr nervös: Laetitia Beyeler, Melissa Schelbert und Leta Derungs (von links). **BILDER KK**

bert ist – wie Kollegin **Laetitia Beyeler** – nervös. Sie singt am liebsten «Happy Ending» von Mika. «Die machen das sehr gut», lobt Ex-Skirennfahrerin **Moni-**

ka Dumermuth nach dem Konzert, ihr Freund **Stefan Mooser** fügt an: «Eine gute Sache, mit den Kids so etwas zu machen.» Sowohl das Auswendiglernen der Texte wie auch das gemeinsame Singen sei gut für die Disziplin. Bruder **Christoph Mooser** gefällt vor allem Dirigentin **Lea Wiederkehr**. «Ich finde es aber auch genial, wie die jungen Girls singen.» Die seien nicht einmal auf den Kinderbonus angewiesen, so gut würden sie singen, zeigt sich **Luzia Schumacher** begeistert. **Diana Nussbaumer** findet den Jugendchor süss, **Romy Langenegger** schwärmt: «Super gemacht.»

Sie seien wegen der Modeschau hier, weil diese jeweils so peppig sei, sagt **Kurt Born**, und Gattin **Heidi** fügt an: «Die Sängerinnen des Jugendchors haben die englischen Songs toll auswendig gelernt und vorgetragen.» Ebenfalls zufällig ist

Manuela Hürlimann mit ihrer Tochter **Sina** da: «Super, die Musikantinnen», sagt sie. Auch **Isabelle Böhlen** gefallen die Lieder, und ihre neunjährige Tochter



Christoph (links) und Stefan Mooser nehmen Ex-Skistar **Monika Dumermuth** in die Mitte.

Alina sagt: «Ich kann «Alli mini Äntli» gut singen.» **Antonia Walker** ist stolz auf ihre Tochter **Leandra**, die im Chor singt. Schwester **Mimi Wyss** lobt: «Toll, wie meine Nichte und ihre Gspändli englisch gesungen haben.» Gatte **Christoph Walker** kann erst das zweite Konzert hören, da er zuvor arbeiten musste. **Manuela Kalbitzer** haben der Elton-John-Song und das Zuger-Messe-Lied am besten gefallen, und **Eveline Bräm** findet die Kids herzig. «Es gefällt mir, wenn sie in ihrer Freizeit etwas Musikalisches machen.» **Sonja Inaki** lobt ebenfalls mit «herzig und schön». **Paula Haas** sagt: «Süss, die Kleinen.» Und **Ruth Fuhrer** fügt an: «Die sind mit Leib und Seele dabei. Sie strahlen ihre Freude richtig aus.»

CHARLY KEISER
charly.keiser@neue-zz.ch