



Eine Freiwilligenorganisation in der Palliative Care seit 1992

# 30 JAHRE HOSPIZ ZUG

**Damit niemand alleine  
sterben muss.**



# GRUSSWORTE

## Liebe Leserin, lieber Leser

*«Guérir quelquefois, soulager souvent, consoler toujours.» – «Heilen manchmal, lindern oft, trösten immer.»*

So brachte ein französisches Sprichwort die Aufgabe von Ärzt\*innen auf den Punkt. Und diese Grundsätze gelten noch immer. Denn trotz allem wissenschaftlichen Fortschritt der Medizin ist eine Heilung nicht immer möglich. Gerade in diesen Fällen ist jedoch eine kompetente und einfühlsame Begleitung umso nötiger.

Die Linderung von Leid und Schmerzen sowie die Unterstützung während des letzten Lebensabschnittes ist eine sehr wichtige und herausfordernde Aufgabe. Hierzu leistet das HOSPIZ Zug seit 30 Jahren einen enorm wichtigen Beitrag. Dass diese Aufgabe zum grossen Teil von Freiwilligen geleistet wird, verlangt mir ganz persönlich Dankbarkeit und grossen Respekt ab.

## Liebe Leserin, lieber Leser

*«Sie sind wichtig, weil Sie eben Sie sind. Sie sind bis zum letzten Augenblick Ihres Lebens wichtig und wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt leben können!»*

Seit 1992 leben wir nach dem Zitat von Cicely Saunders und stellen das Sterben, den Tod und das Leben bis zuletzt ins Zentrum unserer ehrenamtlichen Tätigkeit. In 30 Jahren haben wir von HOSPIZ Zug bei über 1'500 Personen Wache gehalten. Die Statistik ist nur eine Zahl. Vielmehr sind es die persönlichen Erlebnisse und die Dankbarkeit der



**Martin Pfister**  
Gesundheitsdirektor und  
Landammann

*«Ich bin beeindruckt, mit welcher Empathie und Wärme kranke Menschen und deren Angehörige von den Menschen hinter HOSPIZ Zug begleitet werden.»*

Im Namen des Zuger Regierungsrats möchte ich mich beim ganzen Team vom HOSPIZ Zug an dieser Stelle bedanken. Sie alle stehen sterbenden Menschen und deren Angehörigen auf dem letzten Weg zur Seite und übernehmen eine Aufgabe, welche die meisten von uns überfordern würde.



**Rosetta Rosamilia**  
Präsidentin HOSPIZ Zug

Sterbenden in den letzten Stunden und deren Angehörigen, die uns aufzeigen, wie wichtig und beachtenswert unsere Aufgabe ist. Unser Team leistet empathisch, voller Achtung und ohne Aufsehen zu erregen, seinen Dienst. Der Wert dieser Aufgabe ist grenzenlos.

# IM GESPRÄCH

## Sterbebegleitung ist eine Aufgabe, die Mut und ein offenes Herz braucht

Unsere ausgebildeten Begleiter\*innen engagieren sich ehrenamtlich, schenken Zeit und unterstützen sterbende Menschen durch liebevolles, mitfühlendes Dasein. Simone Kuhn und Axel Zeberlein berichten von ihrer Arbeit.



*«Ich versuche immer, dem Mitmenschen meine volle Aufmerksamkeit zu schenken, warte jedoch erst Mal ab, ob diese überhaupt erwünscht ist. Der Sterbende oder kranke Mensch entscheidet, wie ich mich einbringen kann.»*

*Axel Zeberlein, Unterägeri, Sterbebegleiter und Administration*

### **Axel Zeberlein, was ist Ihre Aufgabe als Sterbebegleiter?**

Vielleicht fehlt mir nach zweijähriger Tätigkeit bei HOSPIZ Zug noch die Erfahrung, aber ich denke, dass die Aufgabe nicht zu definieren ist. Es gibt keine spezifischen Techniken oder Anwendungen, die entscheidend wären, um einen Mitmenschen während der letzten Lebensphase zu begleiten. Ich glaube, dass es wichtig ist, präsent zu sein, ohne etwas zu wollen – aber dennoch für alles aufgeschlossen zu sein.

### **Wie lief Ihre erste Sterbebegleitung ab?**

Der Einsatz dauerte von 22 Uhr bis 5 Uhr morgens. Die betagte Frau war nicht ansprechbar und schien zu schlafen. Also setzte ich mich in respektvollem Abstand an ihr Bett und wartete. Sie hatte immer wieder unruhige Phasen, in denen sie die Augen leicht geöffnet hatte. Ich fragte sie, ob sie durstig sei und glaubte ein 'Ja' wahrgenommen zu haben. Sie zog kräftig an dem mit Sirup getränkten Schwämmchen. Während der gesamten Zeit habe ich versucht, präsent zu sein und an nichts anderes zu denken, als für diesen Mitmenschen da zu sein. Das war nicht ganz einfach, denn in den frühen Morgenstunden wurde ich sehr müde, doch

die regelmässigen Visiten der Nachtschwester haben mir geholfen, wach zu bleiben. Wir haben diese Frau noch ein paar Nächte länger betreut.

### **Haben die Einsätze Ihr Verhältnis zum Tod verändert?**

Als Osteopath erfrage ich während der Anamnese für die Behandlung wichtige Details aus dem Leben der Patienten. Selbst die Umstände vor ihrer Geburt sind den meisten Leuten bekannt und natürlich alles, was sich danach abgespielt hat. Dagegen haben viele Menschen wenige oder keine Erfahrungen mit dem Sterbeprozess, der im Tod seinen Abschluss des irdischen Lebens findet. Für den Verstand, der gerade hier spricht, gibt es nichts Ungemütlicheres als das Unbekannte. Mit den Erfahrungen, die ich als Begleiter machen darf, bekommt der Sterbeprozess für mich ein Gesicht – begleitete Menschen, die vor mir diese Erfahrung gemacht haben. Das ist Balsam für meinen Verstand und seine Angst vor dem Tod.

# IM GESPRÄCH



*«Ich sehe mich als Begleitung von hier nach drüben, ein Mitgehen bis zur Schwelle und unterstütze, den sterbenden Menschen dort, wo es hilfreich ist. Manche sind dankbar für ein Gespräch, andere wünschen eine Berührung. Meine Aufgabe ist es, sorgfältig zu spüren, was es gerade braucht.»*

*Simone Kuhn, Hünenberg, Sterbebegleiterin*

## **Simone Kuhn, wie sind Sie auf das Thema Sterbebegleitung gestossen?**

Ich wusste schon als junge Frau, dass ich einmal mit sterbenden und trauernden Menschen arbeiten möchte. In meinem Elternhaus wurden die Themen Tod, Sterben und Endlichkeit nicht ausgeklammert. Früh und immer wieder wurde ich damit konfrontiert. Nachdem ich vor zehn Jahren einen Lehrgang in «Palliative Care und Organisationsethik» besuchte und gleichzeitig zwei Kolleginnen in ihrem Trauer- resp. Sterbeprozess begleiten durfte, war mir klar, dass jetzt der Zeitpunkt für eine berufliche Veränderung gekommen ist. Und so bin ich nicht nur als freiwillige Begleiterin bei HOSPIZ Zug unterwegs, sondern habe meine Berufung auch zu meinem Beruf gemacht.

## **Was machen die Einsätze mit Ihnen persönlich?**

Sie lehren mich vor allem Dankbarkeit dem Leben und meiner Aufgabe gegenüber. Jeden Morgen nach einer Nachtbegleitung, sage ich ihm danke – unabhängig davon, wie präsent er gerade ist. Danke für das grosse Vertrauen, welches er und seine Angehörigen mir entgegengebracht haben, dass sie mich so nah sein lassen in einer

Lebensphase, die so vertraulich und persönlich ist und das, obwohl sie mich nicht kennen.

## **Wie kann man mit Kindern über das Sterben reden?**

Wenn man mit Kindern über das Sterben spricht, ist schon viel Wichtiges getan. Bilderbücher oder das Betrachten der Natur können helfen, den Tod zu verstehen. Dabei ist es relevant, auf klare und altersgerechte Formulierungen zu achten. Aussagen wie «Martina ist eingeschlafen» oder «hat eine Reise angetreten» können verunsichern und sollen vermieden werden. Es ist wichtig, klar zu sagen, dass Martina tot ist und nicht mehr zurückkommt. Durch Erklärungen, dass das Herz nicht mehr schlägt und der Mensch nicht mehr atmet, kann das Geschehene besser verstanden werden. Bei einem Verlust helfen Geborgenheit und Sicherheit durch körperliche Nähe, strukturierte Tagesabläufe oder gemeinsam verbrachte Zeit. Dann darf man auch Glaubens- und Hoffnungsbilder aufzeigen.

# DAS HERZ VON HOSPIZ ZUG

## Wir sind für Sie da

Unser Team setzt sich aus 31 engagierten Helfer\*innen zusammen. Auf den folgenden Seiten geben Ihnen einige davon einen Einblick in ihre Arbeit und vermitteln wertvolle Denkanstösse.



# DAS GROSSE GEHEIMNIS UNSERES LEBENS?

## Reden über das Ende des Lebens hilft

Was heisst gutes Sterben? Gibt es so etwas überhaupt? Und kann man sich darauf vorbereiten? HOSPIZ Zug hat mit fünf Personen unterschiedlicher Generationen über

persönliche Erfahrungen im privaten Umfeld und Vorstellungen vom Sterben gesprochen. Der Film dazu ist ab Juni 2022 auf unserer Website [www.hospiz-zug.ch](http://www.hospiz-zug.ch) zu sehen.

# DIE ROLLE DER SEELSORGE IN DER HOSPIZARBEIT



**Sr. Mattia Fährdrich**  
Vertreterin der  
katholischen Kirche



**Andreas Haas**  
Vertreter der reformierten  
Kirche und Stiftungsrats-  
präsident Hospiz  
Zentralschweiz

## Seelsorge bedeutet Dasein

Als Seelsorgende im Vorstand von HOSPIZ Zug ist «Da-Sein» unsere Hauptaufgabe. Dieses ist gefragt, wenn Begleitende persönliche Fragen zu Sterben und Tod haben oder eine Begleitung sie erschüttert. Auch bei Sterbenden sind wir da, mit offenem Herzen. Wir nehmen die Überzeugungen, Hoffnungen und Ängste der uns anvertrauten Person wahr und begleiten sie auf ihrem Weg.

Einmal im Jahr gestalten wir ausserdem für die Freiwilligen einen Gottesdienst zum Thema des Jahresmottos und feiern mit ihnen das Leben. Mit unserem Engagement als Kirchen-Delegierte im Vorstand zeigen wir unsere Wertschätzung für die Hospiz-Arbeit. Zudem sind wir mit unserem Netzwerk und unserer Erfahrung da, um die Vereinsarbeit zu unterstützen.

## Der Tod gehört zum Leben: 5 Inputs, sich auf ihn einzustellen

Der Tod führt mich an die Grenze meines Denkens und meiner Wahrnehmung. Kunst drückt das Unsagbare aus. Ich kann mich von Musik, Bildern, Skulpturen oder Texten in meiner Auseinandersetzung mit dem Tod anregen lassen.

Ich kann mir den Tod immer wieder gegenwärtig halten und mir bewusst machen, dass ich, wie alles, vergänglich bin. Eine Übung, die Wolfgang Amadeus Mozart zur Lebensfreude inspiriert hat:

«Ich lege mich nie zu Bette, ohne zu bedenken, dass ich vielleicht den andern Tag nicht mehr sein werde – und es wird doch kein Mensch von allen, die mich kennen, sagen können, dass ich im Umgang mürrisch oder traurig wäre.»

Ich kann mir Zeit nehmen und über diese Fragen nachdenken:

- Was ist mir wichtig im Leben?
- Was möchte ich weglassen?
- Wie möchte ich sterben?

Meine Antworten fallen je nach Lebenssituation anders aus.

Ich kann im Lauf der Natur erkennen, wie vergänglich Leben ist und wie Leben wieder aufblüht. Heisst Ewigkeit für mich, dass dieser Kreislauf immer weitergeht oder endet er einmal in einer Ewigkeit, die ich Gott nennen könnte?

Es lohnt sich, mit Anderen über das Sterben und seine Vorstellungen vom Tod zu reden. Eine abschliessende Antwort auf die Frage nach dem Tod gibt es nicht.

# DAS, WAS BLEIBT

## Angehörigenstimmen und Danksagungen

«Ihnen und Ihrer Organisation gebührt unser herzlichster Dank. Sie haben ein wundervolles Team. Ohne die Begleitung und Mithilfe Ihrer Freiwilligen hätten wir mein Mami nie bis zu ihrem letzten Atemzug bei uns in der Familie pflegen können.»

«Durch das Pflegepersonal sind wir auf den Verein HOSPIZ Zug und dessen aussergewöhnlichen Einsatz aufmerksam gemacht worden. Hilfsbereite Begleiter\*innen standen unserer Mutter in ihrer letzten Lebensphase auch in den Nächten zur Seite. Das haben wir als beispiellosen Dienst der Nächstenliebe wahrgenommen, eine unschätzbare Hilfe für unsere Mutter und eine grosse Entlastung für uns Angehörigen.»

«Es ist mir ein Bedürfnis, Ihnen nochmals zu danken für Ihre grosse Hilfe am Sterbeabend meines geliebten Mannes – ich war zu nichts fähig – Ihre Anteilnahme an meinem Schmerz und der tiefen Trauer war für mich sehr wertvoll.»

«Ein grosser Wunsch von meiner lieben verstorbenen Frau war es, in der vertrauten Umgebung ihrer Familie sterben zu dürfen. Diesen Herzenswunsch konnten wir ihr mit Ihrer Hilfe erfüllen. Ihre kompetente und fürsorgliche Unterstützung während der Nächte war für uns eine grosse Hilfe. Es hat uns Entlastung in dieser schweren Zeit gebracht und das Gefühl, nicht allein zu sein. Danke von Herzen und schön, dass es Menschen wie Sie gibt.»

«Die Einsatzleiterin sagte zu mir: 'Ja, ich schicke Ihnen heute Abend wieder so ein Engel.' Treffender hätte sie es nicht sagen können, die Begleitenden waren für mich eine wunderbare Hilfe und wirklich wie Engel! Ich kann nur von tiefstem Herzen danken.»

«Wir danken Ihnen von ganzem Herzen, dass Sie diese schmerzende Aufgabe angenommen haben und meinem Mami in dieser schweren Stunde beigestanden sind. Es war uns leider nicht möglich, selber dort zu sein. Schön, dass es Menschen wie Sie gibt!»

# JETZT UND FÜR DIE NÄCHSTEN 30 JAHRE

**Jeder Beitrag hilft. Danke für Ihre Unterstützung.**

HOSPIZ Zug ist die unentgeltliche mobile Sitzwache im Kanton Zug für schwer kranke und sterbende Menschen jeden Alters. Die Sitzwachen werden nachts von 22–5 Uhr und neu auch abends von 18–23 Uhr angeboten. Sie dienen der Entlastung von pflegenden Angehörigen.

HOSPIZ Zug finanziert sich durch Mitglieder- und Gönnerbeiträge, Beiträge der öffentlichen Hand, Spenden und Legate sowie Kollekten an Gottesdiensten und öffentlichen Veranstaltungen.

*«Ehrenamt ist keine Arbeit, die nicht bezahlt wird. Es ist die Arbeit, die unbezahlbar ist.»*

## **Möchten Sie auch Mitglied des Vereins HOSPIZ Zug werden?**

Mit einem Jahresbeitrag sind Sie dabei.

Fr. 50.– für Einzelmitglieder

Fr. 80.– für Ehepaare

Fr. 120.– für juristische Personen

### **Spende oder Mitgliedschaft:**

Postkonto 60-29468-5 oder

IBAN CH62 0900 0000 6002 9468 5

## **HOSPIZ Zug**

Lorzeninsel 5

6332 Hagendorn

**Wir sind für Sie da.**

**Leitstelle: 079 324 64 46**

Administration: 079 348 71 15

info@hospiz-zug.ch

*Weitere Informationen über unsere Aktivitäten und Dienstleistungen finden Sie unter [www.hospiz-zug.ch](http://www.hospiz-zug.ch)*