

---

# «Niemand soll alleine sterben müssen»

Heute spricht die Trauerbegleiterin Erika Schärer-Santschi in Ins darüber, wie Abschiednehmen gelingen kann.

## Tildy Schmid

Viele Menschen möchten zu Hause und umsorgt sterben, auf keinen Fall anonym im Spital. Für die Erfüllung dieses Wunsches gibt es seit 2021 die Vereinigung Wachen und Begleiten (Wabe) Seeland-West. Diese unterstützt mit ausgebildeten Begleiterinnen und Begleitern die Angehörigen und den mobilen Palliativdienst der Spitex.

Je nach Bedarf wachen die Begleitenden alleine oder mit Angehörigen am Sterbebett

schwer kranker Menschen, zu Hause, im Spital oder im Heim. «So entlasten wir die Angehörigen in einer von vielen Fragen, Sorgen und Belastungen bewegten Zeit», sagt Wabe-Präsident Christian Bürki. «Niemand soll alleine sterben müssen.»

## Tipps der Expertin

Diese Hilfe steht allen Menschen im westlichen Teil des Seelands zur Verfügung. Unentgeltlich, weil die Begleitenden freiwillig arbeiten. «Die Zahl der Begleitungen haben im laufenden Jahr

stark zugenommen», sagt Bürki. 42 Wachen wurden zu Hause übernommen und 21 in Institutionen.

Die Begleitpersonen sind jedes Mal mit unterschiedlichen Situationen konfrontiert und erleben aus nächster Nähe das Leid und die Trauer der Betroffenen. Die Anwesenheit der Begleitenden kann Unruhe und Ängste lindern sowie den Angehörigen eine Auszeit ermöglichen. Ziel ist eine optimale Linderung der belastenden Symptome, damit das Leben bis zuletzt lebenswert bleibt.

Am heutigen Informationsanlass um 19.30 Uhr im Reformierten Kirchgemeindehaus in Ins wird die erfahrene Trauerbegleiterin Erika Schärer-Santschi Fragen thematisieren, zum Beispiel, wie Abschiednehmen und Trauern gelingen kann und wie wir mit Trauernden umgehen können.

Gibt es Gedanken oder Techniken, die helfen, sich auf das Abschiednehmen vorzubereiten? «Ja, wir können lernen, Abschiede zu gestalten», sagt Schärer. Und welche Rolle spielen Hand-

lungen im Trauerprozess? «Rituale sind Wegweiser in Trauerzeiten», so Schärer-Santschi.

## Neues Angebot

Was hat sich als sinnvoll erwiesen, wenn wir Menschen in ihrer Trauer begegnen? «Hilfreich ist das Dasein, das Zuhören und Ernstnehmen», sagt die Trauerbegleiterin. Und wie kann man lernen, mit dem Verlust zu leben und den inneren Frieden zu finden? «Man muss lernen, den Verlust als zu einem gehörend zu betrachten und das Vergange-

ne wertzuschätzen», rät Schärer-Santschi.

Nach dem Referat wird Celine Thomet über das «Café Adieu» informieren. Dieser neue Treffpunkt von Wabe steht allen von Trauer betroffenen Menschen offen und wird von der Inser Pfarrerin Sylvia Käser unterstützt.

.....  
*Info:* «Café Adieu», Verein Ins tun, Kirchrain 15, Ins, Donnerstag, 14. November, und Donnerstag, 12. Dezember, jeweils von 17.30 bis 19.30 Uhr.