



Die Pflegezentren der Stadt Zürich umfassen rund 1550 Betten. Jährlich sterben im Schnitt 700 Menschen in einem der Pflegezentren. Viele werden von Angehörigen begleitet, manche möchten alleine sterben, und einige werden von den Pace-Sterbebegleitern betreut.

## Begleiter in der letzten Stunde

**Blickpunkt** Ruedi Schüpbach ist einer von 63 Sterbebegleitern, die für den Verein Pace jeden Monat ein bis drei Nächte zur Verfügung stehen, um schwer kranken, sterbenden Menschen in Pflegezentren zur Seite stehen. Pace unterstützt mit diesem Engagement das Pflegepersonal, das nachts oft an die Kapazitätsgrenze gerät. **Von Sibylle Ambs-Keller**

Er lässt sein Telefon nicht aus den Augen. Denn Ruedi Schüpbach steht heute im Einsatz als Sterbebegleiter für den Verein Pace. «Wir leisten für insgesamt vier Pflegezentren und elf Pflegewohngruppen in Zürich Dienst», erklärt der 72-jährige pensionierte Sozialarbeiter. «Unterteilt in drei Standortgruppen, stehen wir abwechselnd ein bis drei Nächte pro Monat zur Verfügung, um sterbenden Bewohnerinnen und Bewohnern zur Seite zu stehen, wenn sonst niemand da ist.»

Rund vier Fünftel der Menschen in der Schweiz sterben in Spitälern und Pflegeheimen. Oft haben die Bewohner selber keine Angehörigen mehr. «Der Prozess des Sterbens kann länger dauern», so Matthias Staub, Betriebsleiter der Pflegewohngruppen Zürich und Mitgründer von Pace. «Auch wenn noch Angehörige da sind, brauchen auch diese mal eine Pause. Und die Realität in den Pflegeheimen sieht so aus, dass eine Nachtwache für rund 20 Bewohnerinnen und Bewohner zuständig ist. Da ist es schlichtweg unmöglich, einer sterbenden Person über längere Zeit oder gar die gan-

ze Nacht über eins zu eins zur Seite zu stehen.» Aus diesem Grund rief die ehemalige Seelsorgerin der Pflegezentren Zürich, Elisabeth Jordi, den Verein Pace – was so viel heisst wie Palliative Care ergänzender Begleitdienst – ins Leben. «Uns ist der Zusatz «ergänzend» sehr wichtig, denn wir verstehen uns als Ergänzung zur professionellen Betreuung durch das Pflegepersonal.» Und weil tagsüber mehr Personal zur Verfügung steht, deckt Pace mit seinem Dienst die Stunden von 22.30 Uhr bis 6 Uhr morgens ab. Was 2014 als Pilotprojekt in den Pflegezentren Witikon und Riesbach begonnen hat, wurde bereits ein Jahr später in ein definitives Angebot überführt und auf die Standorte Bombach, Bachwiesen und die Pflegewohngruppen ausgeweitet. Im November 2017 kam das Pflegezentrum Mattenhof und im März dieses Jahres das Zentrum Palliative Care am Stadtspital Waid dazu. «Pro Jahr werden an den verschiedenen Standorten gesamthaft rund 400 Nacheinsätze geleistet.» Der Verein Pace ist gut aufgestellt: Inzwischen stehen 63 Begleitpersonen im Dienst,

jede leistet ein bis drei Einsätze pro Monat. «Unsere Dienste sind keine reine Freiwilligenarbeit. Wir vergüten die Einsätze mit einem symbolischen Beitrag», so Elisabeth Jordi.

### Sterben wird totgeschwiegen

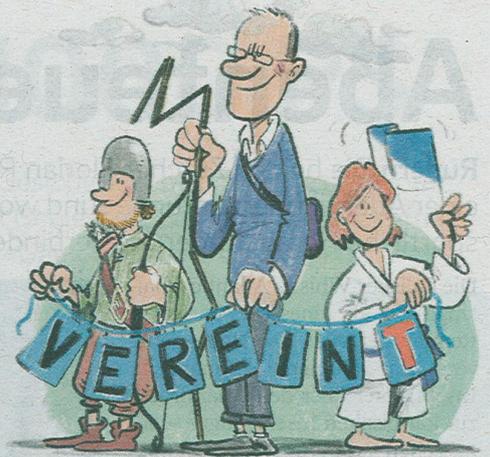
So wurde denn auch Ruedi Schüpbach nicht wegen der finanziellen Entschädigung Sterbebegleiter. «Ich bin seit einigen Jahren pensioniert, Geld muss ich keins mehr verdienen. Als ich in den Ruhestand kam, merkte ich bald, dass ich mich gerne in der Altersarbeit engagieren möchte.» Vor seiner Pensionierung war Ruedi Schüpbach als Sozialarbeiter auf der Beratungsstelle Wohnen im Alter der Stadt Zürich und davor zehn Jahre bei der Pro Senectute Schaffhausen tätig. «Ich bringe viel Erfahrung im Umgang mit älteren Menschen mit.» Als junger Mann hatte Ruedi geradezu panische Angst vor dem Tod. Mit dem Älterwerden hat er gemerkt, wie das Thema Tod in unserer Gesellschaft im wahrsten Sinne des Wortes «totge-

schwiegen» wird. Jetzt, im letzten Drittel seines Lebens, hat er die Angst vor Tod und Sterben verloren: «Ich möchte lediglich, dass es nicht schon allzu bald so weit ist.» Denn jetzt möchte er sich wirklich mit dem Thema auseinandersetzen. «Der Tod gehört zu unserem Leben, man sollte darüber sprechen, das Thema nicht verdrängen.»

Deshalb beschloss er vor zwei Jahren, sich im palliativen Bereich zu engagieren, und schloss sich dem Verein Pace an. «Der Verein ist sehr professionell organisiert. Ich bekomme einen Monatsplan und kann mich einschreiben.» Die eingetragenen Nächte sind verbindlich. Ist Ruedi Schüpbach, so wie heute, eingeplant, achtet er darauf, tagsüber kein allzu grosses Programm zu haben. Die Pace-Begleiter werden bis nachmittags um 15 Uhr vom jeweiligen Pflegezentrum angerufen, sollten ihre Dienste in der Nacht benötigt werden. «Der bevorstehende Tod von Menschen in Pflegeheimen kommt meistens nicht überraschend, er kündigt sich an.» Er mache diese Aufgabe sehr gerne, und «ich freue mich, wenn ich damit nicht nur für einen Menschen da sein kann in seinen letzten Stunden, sondern auch die Arbeit für die Pflegeperson erleichtern kann.»

### Sterben als Prozess

«Werde ich zu einem Einsatz aufgeboten, erfahre ich bereits am Telefon den Namen des Bewohners, der Bewohnerin und um welchen Einsatzort es sich handelt.» Oft schläft Ruedi Schüpbach dann noch etwas vor, denn meistens dauern seine Einsätze die ganze Nacht. Wenn Ruedi Schüpbach nachts um halb elf beim Pflegeheim ankommt, liegt der Eingangsbereich im Dunkeln, die Türen sind verschlossen. «Bei all meinen Einsätzen werde ich stets freundlich empfangen», erzählt er. Noch nie musste er lange vor verschlossener Tür stehen. «Der zuständige Nachtdienst ist informiert über meinen Besuch, und man ist froh um den



### Fakten und Zahlen

**Gründung:** 2017

**Mitglieder:** 94

**Beitrag:** 30 Fr./Jahr für Einzelpersonen

50 Fr./Jahr für Familien

100 Fr./Jahr für Institutionen

**Ziele:** Der Palliative Care ergänzende Begleitdienst (Pace) hat zum Ziel, dass niemand nachts ohne seinen Wunsch beim Sterben oder in einer anderen Krisensituation alleine gelassen wird. Der Pace-Begleitdienst ist für die Bewohnerinnen und Bewohner kostenlos.

**Weitere Infos:** [www.pace-sterbebegleitung.ch](http://www.pace-sterbebegleitung.ch)

Dienst von Pace.» Auf der Station wechselt der Sterbebegleiter ein paar Worte mit dem zuständigen Pflegedienst. Dabei wird er über den aktuellen Zustand des Bewohners informiert, manchmal erfährt er auch noch ein paar zusätzliche Dinge aus dem Leben des Sterbenden. Nachdem ihm gezeigt wurde, wo die Küche, die Getränke und die Toiletten sind, und er sich etwas zu essen für die mitternächtliche Verpflegung bestellen durfte, geht er in das Zimmer. «Als Erstes erfasse ich, um was für ein Zimmer es sich handelt. Ich bin immer froh, wenn es ein Einzelzimmer ist, denn es kann belastend sein, wenn noch jemand in dem Zimmer wohnt.» Manchmal ist die Bewohnerin oder der Bewohner wach, meistens jedoch dämmern die Betroffenen vor sich hin. «In jedem Fall stelle ich mich mit Namen vor und versichere der Person, dass ich die ganze Nacht für sie da bin.» Dann setzt er sich neben das Bett. Schläft die Person, beobachtet er sie, macht sich Gedanken über sie oder liest in einem Buch. «Mein Hauptaugenmerk liegt dabei aber immer auf der Person im Bett.» Wird diese unruhig, spricht er zu ihr, berührt sie an der Schulter, hält ihre Hand, versucht zu beruhigen oder – braucht es eine professionelle Pflegekraft – betätigt die Glocke. Sieht er den Tod kommen? «Nein, es ist schwierig zu sagen, wann genau es so weit ist. Oft geht dem Moment des Sterbens eine gewisse Unruhe voraus. Manchmal geht es aber auch ganz ruhig und still vorüber.» Ist die Person zu ihrer letzten Reise aufgebrochen, ruft Ruedi Schüpbach das Pflegepersonal. Für ihn ist sein Einsatz beendet. «Für mich ist das Sterben ein Prozess, in dem sich der Körper vom Geist trennt. Ist es dann so weit, denke ich zwar nicht, ich müsste das Fenster öffnen, um die Seele rauszulassen. Aber ich habe so ein Gefühl, als wäre die Seele jetzt losgelöst vom Körper des Verstorbenen.» Ist er traurig am Ende einer solchen Nacht? «Etwas aufgewühlt. Mein Dienst nimmt mir die Angst vor dem Tod, und manchmal denke ich nach einem Einsatz: So möchte ich auch einmal sterben.»



Der Verein Pace wurde von der pensionierten Seelsorgerin der Pflegezentren Zürich, Elisabeth Jordi (2. v. r.), gegründet. Der übrige Vorstand (v. l.): Matthias Staub, Öffentlichkeitsarbeit, Leslie Schläpfer, Aktuariat, Sylvia Stadler Langhart, Vizepräsidium, Bruno Hohl, Präsidium. Sterbebegleiter Ruedi Schüpbach (72, r.) ist ehemaliger Sozialarbeiter. Bilder: SIB

