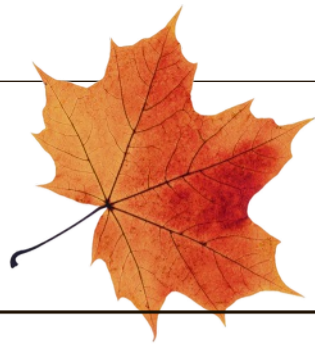


65 plus



«Alles hat seine Zeit»

Steffisburg Mit 70 Jahren ging Béatrice Frey Messerli in Pension. Als Freiwillige engagiert sie sich weiter in der Begleitung schwer kranker Menschen.

Godi Huber

In einer ruhigen Ecke in einem ruhigen Einfamilienhausquartier in Steffisburg ist Béatrice Frey Messerli seit 27 Jahren zu Hause. Hier sei es ihr wohl, und hier wolle sie zusammen mit ihrem Mann Peter bleiben, solange es gehe. Im Garten ist es auch an einem der letzten heissen Tage in diesem Sommer angenehm kühl.

Nicht immer hatte Frey so viel Musse, dem Vogelgezwitscher in den Bäumen und Hecken zuzuhören. Mit 64 Jahren sei sie vom Chef gefragt worden, ob sie «no e chly» weitermachen wolle. Sie habe gern gearbeitet, also habe sie als Pflegehelferin in der Wohngemeinschaft für schwer an Demenz erkrankte Frauen in Thun weitergemacht – und aus Monaten seien dann eben noch Jahre geworden.

Ihr Beruf war auch ihre Berufung

Der Beruf war für die Steffisburgerin immer auch Berufung. Der Umgang mit Demenzkranken verlange eine grosse Achtung vor den betroffenen Menschen. «Sie haben ein Leben wie wir alle gelebt und sind krank geworden, sie verdienen deshalb eine würdevolle Betreuung.» Der Umgang mit Demenzkranken sei für Angehörige und Pflegende schwierig. Es gebe dabei aber auch immer wieder beglückende Momente. Und man müsse vor Augen haben, «dass diese Menschen nicht anders können». Erst im vergangenen Frühjahr, mit 70 Jahren, hat Béatrice Frey Messerli ihren Beruf aufgegeben. Der Zeitpunkt sei richtig, der Abschluss gut gewesen. «Alles hat seine Zeit», sagt Frey und streichelt den Kater Merlin, der auf seinen Streifzügen durchs Quartier immer wieder mal auf einen Sprung vorbeischaute.

«Grosse Zukunftspläne habe ich nicht», winkt Frey ab. Den Lebensabend auf Reisen genießen? Mit dem Traumschiff die Antarktis erkunden? «Um Himmels willen, nein!» Sie sei früher viel gereist und in der Welt herumgekommen. «Jetzt bin ich froh, wenn ich hierbleiben kann.» Sie versuche, auch die kleinen Dinge bewusst zu machen, allem einen Sinn zu ge-

ben, selbst dem Putzen der Wohnung.

Schwerkranke unterstützen und begleiten

Es sei aber auch im Seniorenalter wichtig, eine Beschäftigung ausser Haus zu haben, ist Frey überzeugt. Sie hat diese Beschäftigung in der Begleitung schwer kranker Menschen gefunden. Als Freiwillige begleitet sie Langzeitkranke, Schwerkranke und Sterbende zu Hause, in Heimen und in Spitälern.

Sie kann damit zusammen mit weiteren Freiwilligen einen Beitrag an die Entlastung von Angehörigen, Pflegepersonal, Ärzten und Seelsorge leisten. Bereits früher in der Betreuung Schwerkranker ausgebildet und aktiv, hat Frey ihre Tätigkeit nun wieder intensiviert. Vieles sei in der Betreuung von langzeit- oder schwer kranken Menschen möglich, sagt Béatrice Frey Messerli. Vom Spazieren über das Spielen und Musizieren komme alles vor. Und das Zuhören sei wichtig, manchmal auch das Schweigen. «Es geht nicht um uns, es geht darum, was die Patientinnen und Patienten wollen.»

Kreislauf des Lebens interessierte sie immer

Wer Schwerkranke oder Sterbende begleitet, wird mit dem Tod konfrontiert. Sie habe keine Mühe damit, sagt Frey und blickt in den blauen Himmel. «Für mich gehört das Sterben zum Leben.» Wer sich mit dem Tod auseinandersetze, könne intensiver leben.

Sie habe sich schon immer mit dem ganzen Kreislauf des Lebens befasst, bereits als junge Frau viele Bücher über das Leben und den Tod gelesen, erklärt Frey. Vielleicht deshalb, weil sie bereits früh persönlich mit dem Tod konfrontiert worden war? Die Mutter starb, als Frey fünfjährig war. Die Kinder- und Jugendjahre in der Thuner Hauptgasse habe sie trotzdem in guter Erinnerung, sagt sie. Sie sei gern zur Schule gegangen, auch in die Mädchensekundarschule in der Länggasse. Danach folgten die Ausbildung zur Zahnarztgehilfin und ein Auslandjahr an der Côte d'Azur. Es sei ein wunderschönes Jahr gewesen, mit Freundschaften, die bis heute andauern.

«Jeder Mensch hat das Recht, bis ans Ende anständig zu leben.»

Béatrice Frey Messerli



Béatrice Frey Messerli ging mit 70 in Pension und begleitet heute schwer kranke Menschen. Foto: Godi Huber

Und es kam ein Leben, das über verschiedene Stationen und Wege in die Pflege von Demenzkranken und hin zur Begleitung schwer kranker Menschen führte. Für sie stimme dieser Weg, und sie könne einen für sie wichtigen Beitrag in der Gesellschaft leisten, sagt Béatrice Frey Messerli: «Jeder Mensch hat das Recht, bis ans Ende anständig zu leben.»

Noch leuchten die Hortensien in Freys Garten in Steffisburg in kräftigen Sommerfarben. Als ob es keinen Herbst geben würde.

Der Verein

Der Verein Schwerkranke begleiten – Region Thun ist Teil des palliativen Betreuungsnetzes Thun und Umgebung. Vom Verein ausgebildete Frauen und Männer begleiten Kranke und ihre Angehörigen, ohne therapeutische oder pflegerisch-medizinische Verantwortung zu übernehmen.

Die Begleitenden leisten Freiwilligenarbeit und erhalten eine bescheidene Spesenentschädigung. Sie werden zudem durch Weiterbildungen und Supervisio-

nen in ihrer Arbeit unterstützt. Der Verein finanziert sich über Mitgliederbeiträge und Spenden. Zur Sterbehilfeorganisation Exit hat der Verein keine Verbindung.

Pro Jahr leisten die Begleitenden über 1000 Einsätze, in denen sie rund 5000 Stunden zusammen mit Kranken, Behinderten und Sterbenden verbringen. Nach Angaben von Präsident Heiner Bregulla stehen aktuell 30 Begleitende zur Verfügung. Diese könnten über ihre Einsatzdauer und -gebiete selbst bestimmen.

Bregulla rechnet mit einer weiter zunehmenden Nachfrage nach Betreuungsleistungen. Zusätzliche Begleitende seien deshalb willkommen, Interessierte können sich an den Verein wenden.

Entlastungsangebote für Angehörige Schwerkranker bietet mit dem Angebot «beocare» auch das Schweizerische Rote Kreuz im Berner Oberland. (ght)

www.schwerkranke-begleiten.ch
www.srk-bern.ch

Nachgedacht

Das analoge Leben nicht verpassen

Neulich ein kleines Missgeschick, und weg war das Smartphone. Alle Bemühungen und Suchaktionen liefen ins Leere. Game over!

Mit unangenehmen Folgen: Der Status in den sozialen Medien konnte nicht mehr aktualisiert werden; Kontakte, Termine, Fotos, Fahrplan, To-do-Liste, Einkaufszettel, Apps – alles verschwunden, zumindest ein sehr langes Wochenende lang. Zusammen mit dem digitalen Assistenten war auch die digitale Identität abhandengekommen. Und das

ist ziemlich viel in der heutigen Zeit.

Doch es wird noch mehr! Im Schlepptau der Corona-Krise erlebt unser digitales Leben gerade einen Entwicklungsschub sondergleichen. Online-shopping, Homeoffice und Homeschooling sind Worte der Stunde. Natürlich wäre es falsch und auch unnützlich, gegen den digitalen Wandel anzukämpfen. Auch die Seniorinnen und Senioren sind da mittendrin und wollen sich mit den nützlichen digitalen Helferlein den Alltag erleichtern.

«Der Computer schreibt keine guten Liebesbriefe, das Handy kann nicht richtig trauern, und das Tablet kocht maximal miesen Risotto.»

Aber wir dürfen dabei das analoge Leben nicht verpassen. Dieses muss weiterhin stattfinden können. Während die digitale Festplatte auf einer ausserordentlich primitiven Grundlage funktioniert, dem Plus und dem Minus, dem Ja und dem Nein, hält das Leben Abermillionen Facetten für uns bereit. Und mit diesen Facetten können wir heute und auch in Zukunft immer noch am besten analog umgehen.

Der Computer schreibt keine guten Liebesbriefe, das Handy kann nicht richtig trauern, und

das Tablet kocht maximal miesen Risotto. Wer es nicht glaubt, soll es bitte ausprobieren.

Wenn nun die Politik, die Wirtschaft und wir gewöhnlichen Menschen auf den digitalen Zug abfahren, dürfen wir die analogen Kontakte, Gespräche, Auseinandersetzungen, Begegnungen und Beziehungen auf keinen Fall links liegen lassen. Hatten wir bisher ärztlich verordnet auf die sogenannte Work-Life-Balance achtzugeben, müssen wir in Zukunft unbedingt

auch zur Digital-analog-Balance Sorge tragen.

Damit wir im Gleichgewicht bleiben und beim plötzlichen Verlust des digitalen Assistenten nicht in eine Existenzkrise abstürzen. Und damit wir das Leben weiterhin in allen seinen Facetten erleben können.



Godi Huber
ist Journalist und Buchautor.

gghuber@bluewin.ch