

März 2022

Einblick^{NR} 36

Menschen zu begleiten, gibt mir
ein gutes Gefühl! Seite 3

Die Bibliothek im Theater

Seite 10

Leben mit Autismus

Seite 12

GGG Basel

Menschen zu begleiten, gibt mir ein gutes Gefühl!

Beni Reimann ist 72 Jahre alt. Er arbeitet seit gut einem Jahr als Freiwilliger im Begleitedienst von GGG Voluntas. Der pensionierte Lehrer bringt viel Lebenserfahrung mit. Gemeinsam mit seiner Schwester hat Beni Reimann seine betagte Mutter drei Wochen lang am Sterbebett begleitet. Dieses Erlebnis hat ihn geprägt und veranlasst, sich in seiner Freizeit für kranke Menschen zu engagieren.



Monika Karle
Leiterin Kommunikation & Fundraising, GGG Basel

Beni Reimann, was motiviert Sie an der Freiwilligenarbeit?

Ich mag es, mit anderen Menschen unterwegs zu sein und mich auszutauschen. Auch andere Lebensweisen faszinieren mich. Es ist spannend, wie viele Erkenntnisse man bei der Begleitung von kranken Menschen gewinnt.

Wie lässt sich Ihre Aufgabe als Begleitperson umschreiben?

Jede Woche bin ich für 2–3 Stunden als Begleiter unterwegs. Am Anfang gilt es, gegenseitiges Vertrauen aufzubauen. Es ist dabei wichtig, auf die Bedürfnisse der betreuten Person zu achten und auf sie einzugehen. Auch die Regelmässigkeit der Besuche ist wichtig – das gibt den älteren Menschen eine Struktur.

Wie gestalten sich Ihre Besuche?

Ich begleite Menschen durch ihren Alltag. Sei das durch Gespräche, ein Kartenspiel, gemeinsame Erledigungen in der Stadt oder durch Spaziergänge. Die Treffen gestalten sich ganz nach Wunsch der besuchten Person. Die Ende letzten Jahres verstorbene Frau H. war körperlich eingeschränkt, an den Rollstuhl gebunden. Sie konnte nichts mehr selbst erledigen, weder essen noch sich ankleiden. Frau H. konnte aufgrund ihrer Krankheit auch fast nicht mehr sprechen. So haben wir über Augenkontakt und via Bilder kommuniziert. Mit der Zeit baute sich eine gewisse Vertrautheit auf, sodass ich mein Gegenüber auch ohne Worte verstehen konnte.



Ein Museumsbesuch bietet eine schöne Abwechslung im Alltag von Kranken.

Frau H. hat es jeweils sehr genossen, nach draussen zu gehen. So sind wir viel spazieren gegangen, haben uns Pflanzen näher angeschaut oder sind am Rhein in der Sonne gesessen, um den Moment zu geniessen. Da sie sehr kunstliebend war, haben wir zusammen auch Kunstausstellungen besucht.

Sie ermöglichen den Betreuten Momente des Wohlfühls. Haben Sie auch etwas davon?

Ja, sehr sogar! Für mich ist es schön, Zeit zu schenken und dabei zu spüren, dass mein Gegenüber es genießt. Ich gebe gerne und wenn meine Arbeit geschätzt wird, gibt mir das ein gutes Gefühl.

Das Thema Sterben schwebt bei schwer kranken, alten Menschen oftmals im Hintergrund. Wie gehen Sie damit um?

Seitens GGG Voluntas werden wir gut unterstützt. Die Fachleute haben uns im Rahmen eines Kurses darauf vorbereitet. In unserer Freiwilligengruppe, die von Frau Beate Wölfler hervorragend geleitet wird, haben wir Vorträge gehört und zusammen über Themen wie Langzeitkrankheit, Sterben und Tod gesprochen.

Nun haben Sie das Loslassen am Beispiel der Ende 2021 verstorbenen Frau H. erlebt. Sind Sie schon wieder bereit für jemand Neues?

Der Hinschied von Frau H. war schwer, hatten wir doch in diesem knappen Jahr eine freundschaftliche Beziehung aufgebaut. In solchen Momenten hilft mir das Tagebuchschreiben, was ich seit meinen eigenen Erfahrungen in schwierigen Situationen praktiziere. Ich reflektiere damit die Ereignisse und finde neuen Mut.

Seit Kurzem begleite ich nun Frau R., die zwanzig Jahre älter ist als ich. Oft sprechen wir über unsere Lebenswege und haben dabei interessante Parallelen festgestellt. Der Austausch mit Frau R. bereitet mir Freude. Trotz ihres hohen Alters ist sie nach wie vor interessiert an ihrer Umwelt und der Kunst. So organisiere ich gerne für sie einen Besuch der Sammlung des Kunstmuseums Basel.

Erledigen Sie auch administrative Dinge für die Betagten?

Nein, das gehört nicht zu meinen Aufgaben. In Gesprächen kann ich aber diesbezüglich unterstützend wirken. Die aktuell von mir begleitete



Frau R. überlegt sich, ob sie den Schritt ins Altersheim wagen soll. Ich habe ihr am Beispiel meiner Mutter erzählt, wie sie ihren Übertritt ins Altersheim vorbereitet hat. Die Angehörigen sind froh, dass ich Frau R. auch bei diesem Schritt mit Gesprächen begleite.

Zum Abschluss noch eine Frage zu den Voraussetzungen für ein Begleitmandat. Was sollen interessierte Freiwillige für diese Aufgabe mitbringen?

Meiner Meinung nach ist es wichtig, mit beiden Beinen fest im Leben zu stehen. Am Begleitdienst Interessierte sollen gerne auf andere Menschen zugehen und sich vorher fragen, ob sie wirklich bereit sind, Zeit zu schenken. Der Begleitdienst ist eine intensive Aufgabe. Wenn man – wie ich – mit Herz dabei ist, erlebt man viele freudige Momente, die zu schönen Erinnerungen werden. ●



Der freiwillige Beni Reimann begleitet die von ihm betreute Frau R. ins Kunstmuseum Basel.

Begleitdienst GGG Voluntas

Sie suchen Unterstützung und Entlastung in der Betreuung eines kranken Angehörigen, einer Freundin oder eines Freundes oder für sich selber? GGG Voluntas vermittelt freiwillige Begleiterinnen und Begleiter in der Region Basel, die stundenweise kranken Menschen zu Hause zur Seite stehen. Gerne beraten wir Sie in einem persönlichen Gespräch.

Sie haben Interesse, als Freiwilliger oder Freiwillige kranke Menschen zu Hause zu begleiten? Sie bringen für diese Tätigkeit einen halben Tag Zeit pro Woche mit und durchlaufen vorher in einem Lehrgang eine Schulung für den Umgang mit kranken und sterbenden Menschen. Sie werden auf die verschiedenen Begleitsituationen vorbereitet und während der Einsätze fachlich unterstützt.

Kursangebot

28.4.: Einzeltag

«Begleitung von sterbenden Menschen».

2. Halbjahr 2022

Passage Lehrgang in Palliative Care.

Für Informationen: 061 225 55 25,
info@ggg-voluntas.ch

GGG Voluntas

Leimenstrasse 76, Basel
www.ggg-voluntas.ch

