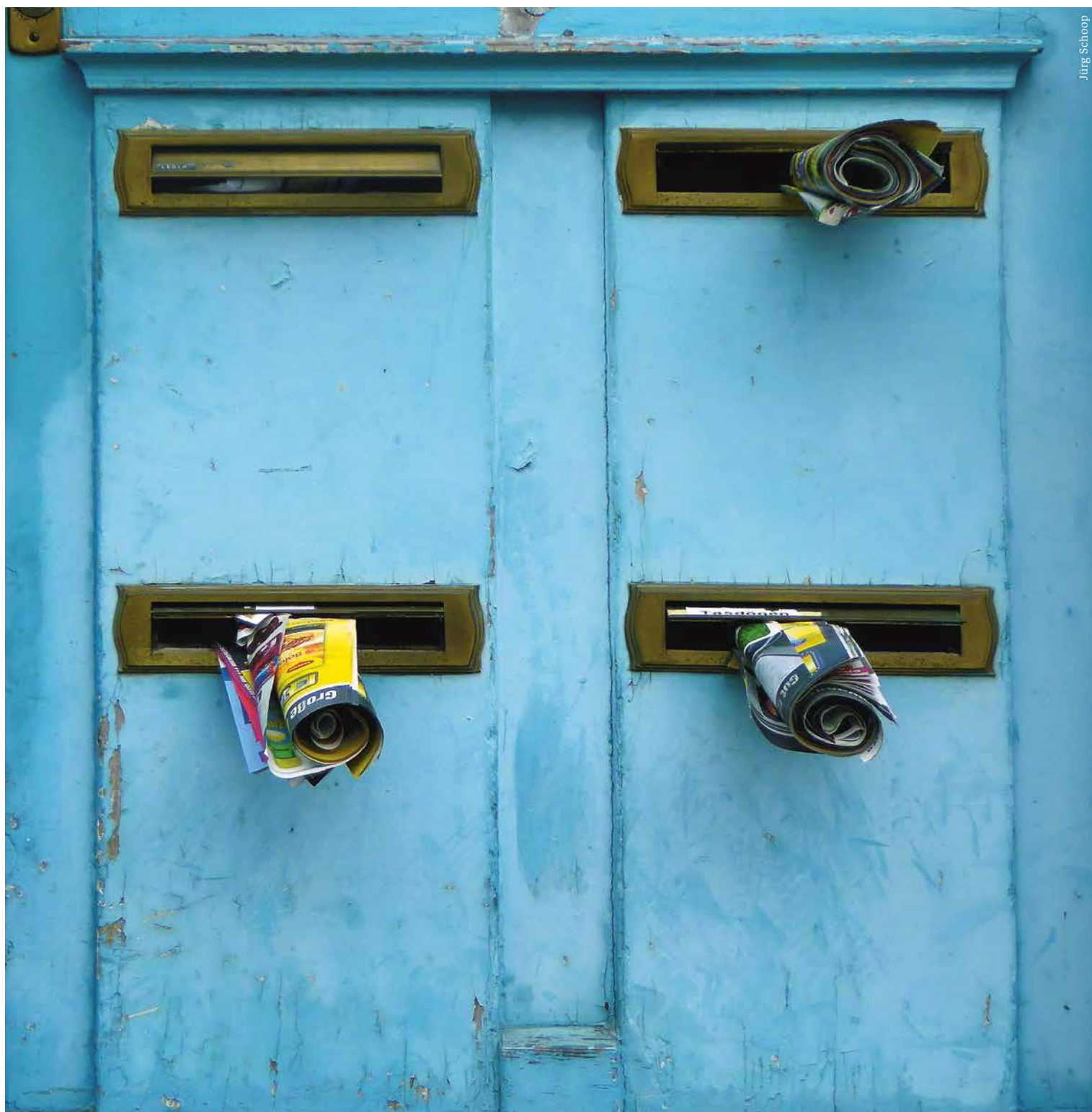


Selbstbestimmt bis ans Lebensende.



Jürg Schoop

**Schicksal:**  
«Höchste Zeit  
zu gehen»

Seite 4 bis 5

**Angehörige:**  
Bei einer Begleitung  
stark gefordert

Seite 6 bis 8

**Generalversammlung:**  
Die Resultate  
im Überblick

Seite 10 bis 12

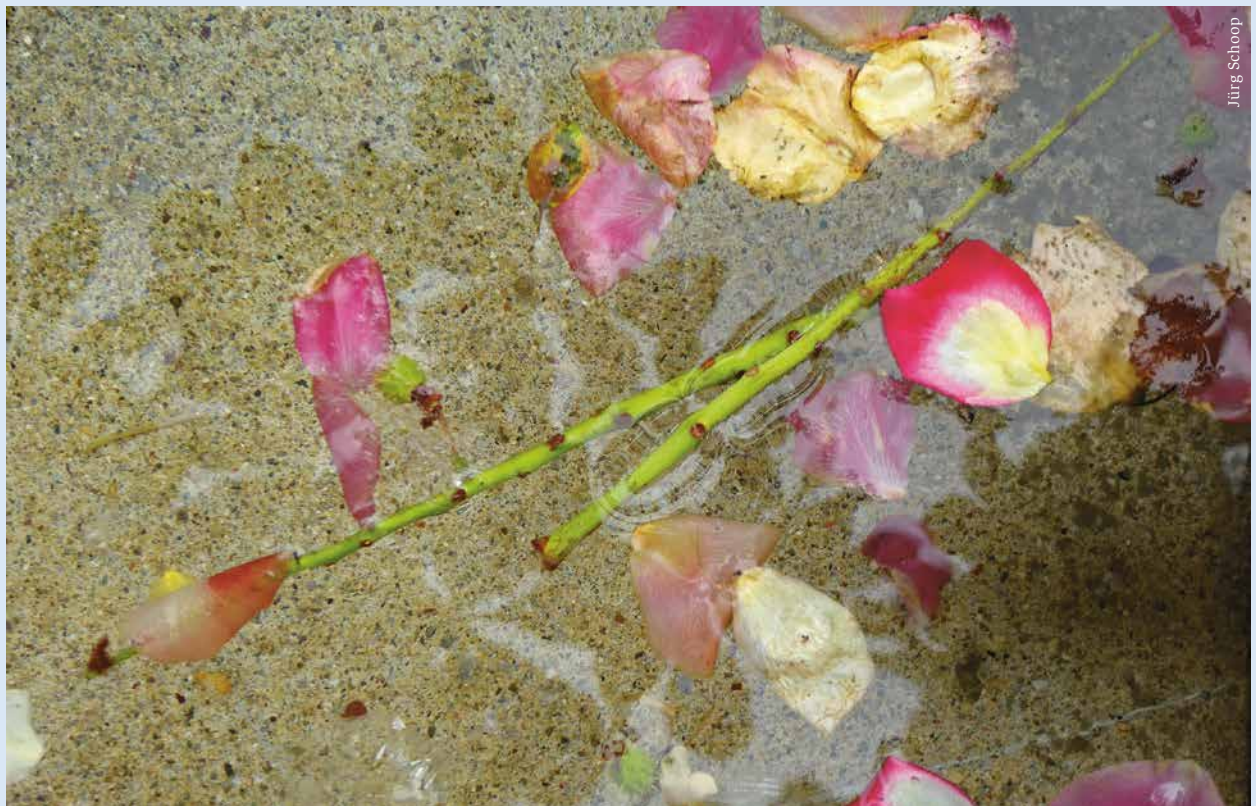
**Psychologie:**  
Vom guten Leben  
zum guten Sterben?

Seite 14 bis 16

**Digitalisierung:**  
Erster Einblick  
in EXIT-Projekt

Seite 28 bis 29

INHALTSÜBERSICHT			
<b>EXITORIAL/INTERN</b>	3	<b>WISSENSCHAFTLICHE STUDIE</b>	
		Passendes Leben - passendes Sterben	21-22
<b>SCHICKSAL</b>		<b>ÖFFENTLICHKEITSKAMPAGNE</b>	
«Hoppla, höchste Zeit für mich zu gehen»	4-5	Die Karte zur Selbstbestimmung	22
<b>ANGEHÖRIGE</b>		<b>VORSTANDSMITGLIEDER</b>	
Freitodhilfe ist auch Familiensache	6-8	Blick zurück und nach vorne	24-25
<b>GENERALVERSAMMLUNG</b>		<b>PAGINA IN ITALIANO</b>	26
Protokoll	10-12	<b>PALLIACURA</b>	27
<b>HILFSANGEBOTE</b>		<b>DIGITALISIERUNG BEI EXIT</b>	
Pro Infirmis	13	Ein erster Einblick	28-29
<b>PSYCHOLOGIE</b>		<b>MEDIENSCHAU</b>	29-31
Anleitung für ein gutes Leben	14-16	<b>MITGLIEDERFORUM</b>	32-33
<b>BÜCHER</b>	17	<b>ICH BIN EXIT-MITGLIED, WEIL ...</b>	34
<b>INTERVIEW</b>		<b>ADRESSEN/IMPRESSUM</b>	35
Reanimieren im Notfall: Ja oder nein?	18-20		



**Fotografie mit den Augen des Malers:** Das Bildthema 4.21 stammt von Jürg Schoop. Stets auf der Suche nach der Wahrheit des Lebens hat er sich schon früh vom Veränderlichen, Verblichenen, Vergänglichen und Abgenutzten ergreifen lassen. So findet er immer wieder unerkannte Schönheit in geringen, übersehenen und zufälligen Dingen.



Von links: Jürg Wiler (Kommunikation)  
Katharina Anderegg (Recht)  
Andreas Stahel (Freitodbegleitung)  
Marion Schafroth (Präsidentin)  
Andreas Russi (Finanzen)

Wir bedanken uns bei unseren Mitgliedern für die Teilnahme an der 39. Generalversammlung, die in diesem Jahr schriftlich stattgefunden hat. Das grosse Engagement unter diesen speziellen Umständen freut uns sehr.

DER EXIT-VORSTAND

## WIR SUCHEN

### Begleitpersonen

für die Deutschschweiz und das Tessin

Sie sind bereit, sich zu engagieren und zeigen sich solidarisch mit Vereinsmitgliedern in schwierigen Lebenssituationen, die sich mit dem Gedanken tragen, ihr Leben allenfalls mit Hilfe von EXIT zu beenden. Sie sind eine lebenserfahrene, belastbare und emotional gefestigte Persönlichkeit zwischen 40 und 66 Jahren. Sie haben einen empathischen Zugang zu Menschen und zu deren Fragen, Zweifeln, und Ängsten. Zudem sind Sie reflektiert und differenziert im Umgang mit den Themen Krankheit, Sterben und Tod.

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung (Motivationsschreiben und Lebenslauf) bis **31. Dezember 2021** bei: Frau Martina Banini unter [martina.banini@exit.ch](mailto:martina.banini@exit.ch).

## WIR SUCHEN

### Ärztinnen und Ärzte der Allgemeinmedizin, Neurologie, Geriatrie und Psychiatrie

(im Auftragsverhältnis)

in der Deutschschweiz und im Tessin

Sie sind bereit, unsere Vereinsmitglieder zu unterstützen, bei denen der behandelnde Arzt das Rezept für das Sterbemittel aus persönlichen oder institutionellen Gründen nicht ausstellen kann. Sie haben Verständnis für Menschen, die ihr Leben reflektiert und selbstbestimmt beenden wollen. Sie verfügen über eine kantonale Berufsausübungsbewilligung und sind berufs- und lebenserfahren im Umgang mit den Themen Krankheit, Sterben und Tod. Zudem verfügen Sie über die Flexibilität für sporadische Einsätze, die zumeist in Form von Haus-, Heim- oder Spitalbesuchen erfolgen.

Wir freuen uns über Ihre Interessensmeldung bei Frau Martina Banini unter [martina.banini@exit.ch](mailto:martina.banini@exit.ch).

# «Hoppla, höchste Zeit für mich zu gehen»

*Veronika Uiker und ihr Mann Richi verbringen eine glückliche Ehe miteinander – trotz seiner gesundheitlichen Probleme. Als diese jedoch immer zahlreicher werden, entscheidet er sich für den Abschied vom Leben.*

Als wir uns kennenlernten, war ich 36, Richi 61. Im Englischen gibt es einen sehr hübschen Begriff für Beziehungen mit grossem Altersunterschied: «A May and September romance». Entgegen allen schlechten Prognosen, allen Warnungen zum Trotz, blieb es nicht nur eine Romanze. Als Richi starb, waren wir 25 Jahre verheiratet und 31 Jahre zusammen. Wie in jeder Beziehung gab es nicht nur Schönes, gab es nicht nur eitel Sonnenschein. An stabilen, von Liebe, gegenseitiger Achtung, Akzeptanz und Vertrauen getragenen Partnerschaften muss man arbeiten. Richi und ich, wir waren ein Paar auf Augenhöhe. Er war immer eine starke Persönlichkeit, wusste was er wollte und genauso was er nicht wollte. Sein wacher Geist und sein Humor machten ihn zu einem spannenden Menschen.

## **Mit den Augen laufen**

Schon mit 50 Jahren hatte Richi erste gesundheitliche Probleme. Misslungene Rückenoperationen zwangen ihn dazu, den Laufsport und damit auch den geliebten Orientierungslauf aufzugeben. Nur aufgrund seiner Willenskraft konnten wir trotz dieser Einschränkungen lange Zeit viel gemeinsam unternehmen. Wir wanderten immer noch in den Bergen, besuchten Städte und reisten viel. Richi sagte jeweils, dass er gelernt habe, mit seinen Augen zu laufen.

Im Sommer nach Richis 83. Geburtstag bekam er die Diagnose «Grüner Star». Sein damaliger Augenarzt hatte leider versäumt,

die schleichende, für den Patienten über lange Zeit nicht bemerkbare Augenkrankheit rechtzeitig und richtig zu behandeln. Diese Diagnose erschütterte Richi zutiefst, mehr als jede andere gesun-

---

Diese Aussicht liess seine Welt völlig aus den Fugen geraten

---

heitliche Einschränkung. Die Aussicht, nicht mehr lesen oder fotografieren und sich früher oder später nicht mehr ohne Hilfe im Leben zu rechtfinden zu können, liess seine Welt völlig aus den Fugen geraten. Nie zuvor hatte ich ihn so verzweifelt erlebt.

Schon vor dieser niederschmetternden Diagnose waren wir beide EXIT beigetreten. Richi hielt klar fest, dass er vollständige Blindheit nicht akzeptieren könne und dass diese für ihn ein Grund sei, um mit EXIT aus dem Leben zu scheiden. Doch ein sofortiger Wechsel zu einer hervorragenden Augenärztin, die alles unternahm, um noch zu retten, was zu retten war, brachte etwas von seiner Zuversicht zurück. Grüner Star ist nicht heilbar, aber man kann diese Augenkrankheit, die zu kompletter Erblindung führt, mit entsprechenden Medikamenten und inzwischen auch mit Eingriffen im Verlauf verzögern. Unzählige Termine in Augenkliniken folgten, schmerzhaftes Untersu-

chungen, Eingriffe und neue Medikamente. Mit der Zeit stellte sich ein gewisser, bescheidener Erfolg ein und Richi lernte mit der Krankheit zu leben.

## **Schwere Entscheide, grosse Unterstützung**

Nach Richis 84. Geburtstag begannen sich die gesundheitlichen Probleme jedoch zu häufen. Ein Sturz auf Glatteis Ende 2013 hatte einen Wirbelbruch zur Folge. Anfang Januar 2014 musste er ins Spital, wo ein schlecht überwachter Venenzugang eine Sepsis verursachte, die Folge davon: Multiorganversagen. Dass Richi das überlebte, sich nach wochenlangem Spital- und Reha-Aufenthalt sogar wieder gut erholte, grenzte an ein Wunder. Obwohl seine Füsse inzwischen immer mehr Probleme machten, die Durchblutung durch die Polyneuropathie schlechter wurde, blieb seine Lebenseinstellung positiv. Da ich von jeher grosses Interesse an medizinischen Themen und an Krankenpflege hatte, übernahm ich, angeleitet durch das Team vom Wundambulatorium, die anspruchsvolle Wundpflege seiner Zehen und Füsse. Trotz intensiver Pflege wurde nach zwei Jahren die Amputation einer Zehe nötig. Richi verlor ungeachtet dieser vielen, oft leidvollen Krankengeschichten, nie seinen Lebensmut.

Er wurde Mitglied beim Schweizerischen Blindenbund, eine grossartige Organisation! Wir bekamen so viel praktische und menschliche Unterstützung wie nie zuvor. Im Sommer 2018 führte ein Sturz zu mehreren Rippenbrüchen. Einmal

mehr falsch behandelt, schickte man Richi mit einer Einblutung in die Lunge nach Hause. Ohne das höchst entschlossene Eingreifen unserer fantastischen Hausärztin hätte Richi nicht überlebt. Aber dieser Sturz veränderte sein Leben, er konnte nicht mehr an Stöcken laufen, sondern musste sich mit dem Rollator anfreunden.

Anfang 2020 liess Richis Gesundheit je länger je mehr zu wünschen übrig. Ein stummer Herzinfarkt, akutes Nierenversagen, eine zweite offene Zehe, die nicht mehr amputiert werden konnte, machten im Dezember einen weiteren Spitalaufenthalt nötig. Richi erholte sich zwar nochmals ein wenig, aber im neuen Jahr ging es ihm zunehmend schlechter. Weitere Spitalaufenthalte lehnte er ab, er wollte zu Hause bleiben und auch hier sterben. Für mich stand ausser Frage, dass ich seinen Wunsch respektierte und ihn in allem unterstützte. Kurz vor Jahresende trafen wir uns erstmals mit Richis Freitodbegleiter. Dessen ruhige und sachliche Art machte das Treffen einfach und völlig natürlich. Richi wollte danach aber nochmals Bedenkzeit, er war noch nicht bereit, seinem Leben ein Ende zu setzen. Er hoffte, wie vermutlich alle Menschen, dass das Leben ihm diesen schweren Entscheid abnehmen würde. Kaum jemand, auch nicht alte, kranke Menschen, kann eine Entscheidung dieser Tragweite einfach «mal eben so» fällen. Ich habe hautnah erlebt, wie sehr der Mensch an diesem einzigen, kostbaren Leben hängt.

### Keine Zweifel

Am 5. Februar sprachen wir mit dem Konsiliararzt, ein langes, wertvolles Gespräch für uns beide. Richi vereinbarte mit dem Arzt, dass dieser das Rezept für das Sterbemedi-

kament ausstellt und es dem Freitodbegleiter zustellt. Richi wollte sich nochmals etwas Zeit lassen, hoffte immer noch, dass sein Leben einfach so zu Ende gehen würde. In dieser Zeit trafen wir uns mit Freunden, verbrachten schöne, anregende Stunden mit guten Gesprächen. Eine Woche vor seinem Tod informierte er seine Söhne, dass er sich definitiv entschieden habe, mit EXIT aus dem Leben zu scheiden. Beide wussten seit langem, dass ihr Vater unter entsprechenden Umständen diesen Weg wählen würde. Am 17. Februar be-



suchte uns sein Sterbebegleiter ein zweites Mal, das Datum des Todes wurde festgelegt. Am Freitagabend vor Richis Abschied besuchte uns unsere langjährige Hausärztin, um sich von Richi zu verabschieden. Es war ein sehr emotionaler und schöner Besuch. Am 22. Februar, seinem 92. Geburtstag, einem wunderbar hellen und sonnigen Tag, verabschiedete sich Richi von uns. Bereits am Sonntag konnte er kaum mehr schlucken, nur noch mit höchster Anstrengung gehen. Am Montagmorgen konnte er nicht mehr stehen, die Beine versagten, er konnte fast nicht mehr sprechen, schlucken war eine Qual. Er

meinte dann sehr gelassen, mit einem Augenzwinkern: «Hoppla, es ist offensichtlich höchste Zeit für mich zu gehen.» Vollkommen klar, selbstbestimmt und heiter verabschiedete er sich von uns, sagte, dass für ihn nun alles sehr einfach sei. Er bat mich, bis zum Schluss seine Hand zu halten, bei ihm zu bleiben, bis er gestorben sei. Dann, ohne einen Moment zu zögern, öffnete Richi den Verschluss des Venenzugangs. Ich werde niemals seinen Gesichtsausdruck vergessen, als das Medikament in seinen Blutkreislauf gelangte. Der tiefe Frie-

den, das vollkommen entspannte, geliebte Gesicht, die Würde dieses Augenblicks, wird mir für den Rest meines Lebens ein kostbarer Schatz sein. Den fremden Menschen, die uns einfühlsam und respektvoll durch diesen Tag des Abschieds begleiteten, möchte ich von Herzen danken. Dieses Erlebnis hat mir selbst jegliche Angst vor dem Tod genommen. Ich habe bis heute keinen Moment gezweifelt, dass dies für Richi der richtige Weg war. Er hat sein Leben beendet, wie er es gelebt hat: Selbstbestimmt, mutig und klar.

*Redigiert von MD*

# Freitodhilfe ist auch Fa

*Entscheidet sich ein leidender Mensch für eine Freitodbegleitung, sind Angehörige überaus stark gefordert. EXIT ist vor allem den sterbewilligen Patientinnen und Patienten verpflichtet, zugleich sind die Begleitpersonen auch für Angehörige da.*

Bei 95 Prozent aller Freitodbegleitungen ist die Familie involviert. Im Schnitt sind dann 2,6 Angehörige an einer Begleitung anwesend, wie eine interne Untersuchung von EXIT ergab. In über einem Drittel der Fälle begleiten die Töchter und Söhne ihre Eltern in den Tod, bei rund einem Viertel sind es die Ehe- und Lebenspartnerinnen und -partner. Ein Viertel der Begleitungen findet im Beisein von nur einer oder einem Angehörigen statt – im Gegenzug können aber durchaus auch mal 15 Personen anwesend sein. Nahestehende sind also relevant im Begleitprozess und erhalten von EXIT entsprechend Aufmerksamkeit.

## **Wie ist der Umgang von EXIT mit Angehörigen intern geregelt?**

Ein Todesfall ist immer traurig und sehr belastend für die Angehörigen. Ob es sich nun um einen natürlichen Tod oder um eine Freitodbegleitung handelt. Für Angehörige ist es fast immer zu früh, wenn ein Familienmitglied stirbt. Wir sind uns bewusst, dass wir uns bei den assistierten Suiziden in einem äusserst sensiblen Bereich bewegen. Daher versuchen die Begleitpersonen vor einer Freitodbegleitung immer, die Angehörigen miteinzu beziehen.

## **Wie werden Angehörige konkret involviert?**

Wenn immer möglich werden die Angehörigen beim Erstgespräch, welches normalerweise beim Sterbewilligen zuhause stattfindet, eingebunden. Die Begleitpersonen wissen, dass es empfehlenswert ist, wenn man bereits vor einer Freitodbegleitung mit den Angehörigen in

Kontakt sein kann. Mit ihnen können Fragen geklärt werden. Zum Beispiel, ob sie – wenn sie wollen – auch bei der Begleitung dabei sein können.

## **Wo liegt das Augenmerk der Begleitpersonen?**

Letztlich entscheidet der sterbewillige Mensch selbst, wann für ihn die Zeit gekommen ist, um zu gehen.

---

## Der Sterbewillige entscheidet, wann der Moment da ist

---

EXIT ist also primär dem sterbewilligen Patienten verpflichtet. Wir nehmen uns so viel Zeit, wie sie die Patientin oder der Patient braucht. Alles korrekt zu machen im Sinne des Patienten, hat für EXIT Priorität. Es stellt sich manchmal die Frage: Soll der Verein nur helfen, wenn sämtliche Angehörigen bis hin zu den mündigen Enkeln einverstanden sind? Doch das wäre unfair gegenüber dem Sterbewilligen. Der selbstbestimmte Tod ist letztlich etwas, das der Sterbewillige selbst verantwortet.

## **Was tun die Begleitpersonen für Nahestehende?**

Sie tun sehr viel, um dem Sterbewilligen entgegenzukommen und ebenfalls auf die Angehörigen einzugehen. Die Begleiterinnen und Begleiter versuchen, alle Bedürfnisse und Wünsche der Involvierten abzudecken. Das kann zum Beispiel heissen: Eine Begleitperson steht in regelmässigem telefonischen und Mail-Kontakt mit den Kindern eines Sterbewilligen. Dieser lebt in einem

Heim, wo eine Begleitung nicht erlaubt ist. Also organisiert die Begleitperson das Sterbezimmer bei seiner Schwester, sie vereinbart mit seiner Ex-Ehefrau diverse Besuche und leitet den Transport des Patienten am Sterbetag in die Wege. Auch nach einer Begleitung bleiben die Kontakte zu den Angehörigen oftmals noch eine Zeitlang bestehen.

## **Worauf legt EXIT Wert?**

Für die Angehörigen ist der Todesfall ein aussergewöhnliches, sehr einschneidendes Ereignis, das Trauer und andere starke Emotionen auslöst. In einer solchen existenziellen Situation ist man sehr sensibel und emotional verletzlich. Darauf machen wir unsere 50 Begleitpersonen in der Ausbildung und in Weiterbildungen immer wieder aufmerksam.

## **Was ist vor einer Begleitung wichtig für die Patienten?**

Wir empfehlen Sterbewilligen, das Sterben mit EXIT zuerst innerhalb der Familie zu klären. Sie sollen wenn immer möglich im Einvernehmen und nicht im Streit oder Unfrieden sterben. Das gelingt aber nicht immer.

## **Welche Schwierigkeiten können auftreten?**

Es kommt vor, dass einzelne Angehörige nicht einverstanden sind mit einer Freitodbegleitung. Sie wollen dann aber vielleicht trotzdem bei der Begleitung dabei sein. Wenn zwischen der Begleitperson und den Angehörigen «die Chemie» nicht stimmt oder sich die Begleitperson anders verhält, als es die Angehörigen erwarten, kann die Situation sofort angespannt werden. Dann wird allenfalls jedes Wort auf

# miliensache



Keystone

Wichtiger Moment: Vor einer Freitodbegleitung können sich Angehörige mit dem Unausweichlichen befassen und Ungesagtes aussprechen.

die Goldwaage gelegt, jedes Detail zum Problemfall. Hier ist einzig möglich, Verständnis für die diffuse Situation zu wecken.

## Wie viele Beschwerden von Nahestehenden erhält der Verein?

EXIT verzeichnet rund 1200 Aktenöffnungen sprich Vorbereitungen für Freitodbegleitungen pro Jahr. Beschwerden von Angehörigen erhalten wir maximal 8 pro Jahr; das ist weniger als 1 Prozent aller Aktenöffnungen. Bei den anderen über 99 Prozent erhalten wir keine Beanstandungen.

## Was ist zu beachten?

Es kommt vor, dass Sterbewillige solche Angehörige, die grundsätzlich gegen eine Freitodbegleitung sind, erst zu einem späten Zeit-

punkt über ihren Willen informieren. Auch haben Angehörige nicht selten ein geringes Wissen über Sterbehilfe und die Rechtslage, insbesondere über die Abläufe – das lässt sich anhand der Website [www.exit.ch](http://www.exit.ch) oder im Gespräch mit der Begleitperson beheben. EXIT empfiehlt, eine Begleitung nicht gegen den Willen naher Angehö-

---

## Weniger als 1 Prozent aller Abklärungen werden beanstandet

---

riger durchzuführen; dies hinterlässt meist tiefe Wunden und führt zu Streit bei den Hinterbliebenen. Unsere Erfahrung zudem ist: Auch wenn Angehörige zuerst dagegen sind, so können sie eventuell den

Sterbewunsch mit der Zeit akzeptieren, wenn der Sterbewillige sie in die Abklärungen involviert und Rücksicht auf sie nimmt.

## Was trägt zu einem guten Gelingen einer Begleitung bei?

Vieles hängt davon ab, inwiefern es gelingt, die Phase vor dem Tod für alle Beteiligten so zu gestalten, dass alles Nötige besprochen wird und allenfalls bestehende Auseinandersetzungen noch ausdiskutiert werden können. Nicht selten steht in einer Familie noch Unausgesprochenes oder Unerledigtes im Raum. Oder jemand stirbt entgegen den Wertvorstellungen von Angehörigen mit EXIT. Mit anderen Worten können also bei einer Begleitung alte Familiengeschichten aufbrechen. Hier hilft, vorausschauend zu handeln. Wichtig zu wissen ist, dass die Begleitpersonen keine The-

rapeuten sind und keine Familienkonflikte lösen können.

## Wie geht der Verein mit Beanstandungen um?

EXIT nimmt Beschwerden sehr ernst. Wir gehen jeder einzelnen genau nach und suchen danach das Gespräch mit den Beschwerdestellenden. Meistens reagieren wir zudem mit einer schriftlichen Antwort, wo wir Abläufe und Handlungsweisen aufzeigen. Das wird geschätzt.

## Mit welcher Art von Beschwerden hat sich EXIT zu befassen?

Wir verzeichnen drei Arten von Beschwerden. Erstens kann es Unverständnis geben über den Sterbeentscheid und damit darüber, dass wir in diesem konkreten Fall Hilfe leisteten. Zum Beispiel hören wir dann: «Aus meiner Sicht war Grossmutter doch noch gesund, wie kann es EXIT verantworten, einer eigenständig lebenden Person beim verfrühten Tod zu helfen?» Zweitens kann es zu Unverständnis kommen über die Verhaltensweise der EXIT-Freitodbegleiterin oder eines involvierten, frei beruflich tätigen Arztes oder einer Infusionsfachperson. Beispiel: «Die Begleiterin hat sich aus meiner Sicht unangemessen verhalten oder sie hat eine Kleidung mit grellen Farben getragen».

Drittens erleben wir Unverständnis über die Einschätzung der nötigen Urteilsfähigkeit. Beispiel: «Grossmutter hat immer wieder Wichtiges vergessen, sie war aus meiner Sicht gar nicht voll 'zurechnungsfähig'.»

## Wer überprüft, ob eine Freitodbegleitung korrekt verlaufen ist?

Jeder Freitod wird von den Behörden als «aussergewöhnlicher» Todesfall taxiert. Das löst überall in der Schweiz eine behördliche Untersuchung unmittelbar nach dem Versterben eines Menschen aus. EXIT ist verpflichtet, dies umgehend der Polizei zu melden. Obwohl die Präsenz der Behörden kurz nach dem Abschied für Hinterbliebene belastend sein kann: Die Inspektionen und das juristische Verfahren sichern die Arbeit des Vereins ab und entlasten alle Anwesenden von jeglichem Verdacht. Überdies prüft die Geschäftsprüfungskommission (GPK) von EXIT als Kontrollorgan nach einer Freitodbegleitung die entsprechenden Akten.

## Bis wann kann man eine Begleitperson wechseln?

Von Sterbewilligen und Angehörigen wird nur selten ein Wechsel der Begleitperson gewünscht. Falls es begründete Anliegen des sterbewilligen Menschen gibt, ist ein Wechsel möglich. Wichtig ist:

EXIT ist keine Notfallorganisation – kurzfristige Begehren fordern den Verein stark.

## Wie werden Hinterbliebene nach einer Begleitung betreut?

Die direkten Angehörigen werden über die Möglichkeiten der Nachbetreuung durch EXIT informiert. In jenen Fällen, wo es angezeigt ist, meldet sich die Begleitperson etwa drei, vier Wochen nach einer Begleitung, um zu sehen, wie es den direkten Angehörigen geht. Auch erkundigt sich die Begleitperson, ob jemand von den Angehörigen mit ihr Kontakt aufnehmen will. In vielen Fällen findet diese Kontaktaufnahme dann auch statt und man kann nachfragen, wie es inzwischen jemandem ergangen ist. Eine eigentliche Nachbetreuung wird jedoch nur selten beansprucht. Und falls einem Angehörigen eine Nachbetreuung nicht genügt, unterstützt ihn EXIT bei der Suche nach einer Fachperson.

## Leiden Angehörige nach einem assistierten Suizid mehr als nach einem anderen Todesfall?

In den allermeisten Fällen haben die Hinterbliebenen den geliebten Menschen vorzeitig und an eine schwere Krankheit verloren. Ein Todesfall – auch ein begleiteter und umsorgter, bei dem gebührend Abschied genommen werden kann – löst immer einen schmerzlichen, selten gar einen traumatischen Prozess aus. EXIT macht die Erfahrung, dass nach einer Begleitung Angehörige eher weniger stark leiden als Menschen, welche ein geliebtes Familienmitglied im Spital oder durch einen anderen Todesfall verloren haben. Der Grund: Angehörige haben bei einer Freitodbegleitung die grosse Chance, sich im Voraus mit dem Unausweichlichen zu befassen, sie können nochmals ausgiebig Gespräche führen und Ungesagtes aussprechen. Der Tod kommt nicht überraschend. Nahestehende können beim endgültigen Abschied dabei sein sowie ihr Familienmitglied beim Sterben begleiten.

JÜRIG WILER







Jürg Schoop - Wasserbrunnenobjekt



Jürg Schoop - Wasserbrunnenobjekt

# Protokoll der 39. ordentlichen Generalversammlung von EXIT (Deutsche Schweiz)

**Datum:** Dienstag, 14. September 2021; **Ort:** EXIT-Geschäftsstelle, Zürich; **Dauer:** 9.00 Uhr bis 9.20 Uhr; **Teilnehmer:** Dr. Marion Schafroth (Präsidentin); Dr. Christoph Helbling (Vertreter der Proxy Voting Services GmbH, Zürich [Unabhängige Stimmrechtsvertretung]); Bernhard Sutter (Geschäftsführer, Protokoll) sowie Jürg Wiler (Vizepräsident), Katharina Anderegg, Andreas Russi, Dr. Andreas Stahel (Vorstandsmitglieder).

Einladung und Traktandenliste der Generalversammlung (GV) sind den Mitgliedern mit dem EXIT-«Info» 2.21 sowie (wegen coronabedingter Verschiebung) ein weiteres Mal mit dem «Info» 3.21 fristgerecht zugestellt worden. Die Jahresberichte 2020 des Vorstandes und der Geschäftsprüfungskommission sind im «Info» 2.21 auf den Seiten 20 bis 26 publiziert, die Jahresrechnung 2020 ab Seite 27.

## TRAKTANDUM 1

### Einleitung durch die Präsidentin

Die Präsidentin begrüsst die GV-Teilnehmer. Sie erklärt, dass aufgrund der unsicheren Lage (Covid-19-Pandemie) und entsprechend der Covid-Verordnung die GV in den September verschoben werden musste und dass sie erstmals ausschliesslich schriftlich stattfindet. Die statutarischen Fristen sind alle eingehalten. Die Präsidentin stellt fest, dass die 39. ordentliche GV durchgeführt werden kann.

Die Unabhängige Stimmrechtsvertretung erklärt, dass innert Frist bis 9. September 2021 total 8756 Stimmbogen eingegangen sind, davon waren 8259 gültig oder teilweise gültig.

Die Präsidentin leitet zu den ordentlichen Geschäften über.

## TRAKTANDUM 2

### Wahl der Stimmzähler

Entfällt; die schriftlichen Mitgliederstimmen sind durch die Firma SisWare AG in Schattdorf ausgewertet und der Proxy Voting Services GmbH übermittelt worden. Die Unabhängige Stimmrechtsvertretung bringt diese in die GV ein.

## TRAKTANDUM 3

### Protokoll

#### 3.1 Wahl des Protokollführers

Der Vorstand schlägt den Geschäftsführer Bernhard Sutter vor. Der GV liegen seitens Mitglieder weder Fragen noch Gegenvorschläge vor.

⇒ Die Generalversammlung wählt Bernhard Sutter zum Protokollführer.

8029 Ja | 10 Nein | 219 Enthaltungen | 1 ungültig

#### 3.2 Genehmigung des Protokolls der 38. Generalversammlung

Zum Protokoll der 38. Generalversammlung vom 7. September 2020 – veröffentlicht im «Info» 3.20 – ist kein Änderungsantrag eingegangen.

⇒ Das Protokoll wird genehmigt.

8055 Ja | 3 Nein | 200 Enthaltungen | 1 ungültig

## TRAKTANDUM 4

### Jahresberichte 2020

#### 4.1 Genehmigung Berichte Vorstand und Geschäftsführung

Zu den Jahresberichten (publiziert im «Info» 2.21) liegen der GV seitens der Vereinsmitglieder keine Fragen vor.

⇒ Die Jahresberichte werden in Globo genehmigt.

8126 Ja | 5 Nein | 128 Enthaltungen | 0 ungültig

#### 4.2 Genehmigung Bericht

##### Geschäftsprüfungskommission (GPK)

Zum GPK-Jahresbericht (publiziert im «Info» 2.21) liegen der GV seitens der Vereinsmitglieder keine Fragen vor.

⇒ Der Jahresbericht der GPK wird genehmigt.

8117 Ja | 4 Nein | 138 Enthaltungen | 0 ungültig

## TRAKTANDUM 5

### Jahresrechnung 2020 / Bericht der Revisionsstelle

#### 5.1 Genehmigung der Jahresrechnung 2020

Finanzvorstand Andreas Russi hat die Jahresrechnung 2020 im «Info» 2.21 schriftlich erläutert. Seitens der Ver-



Ungewohnt: Präsidentin Marion Schafroth und Christoph Helbling, Unabhängiger Stimmrechtsvertreter, an der ersten schriftlich durchgeführten EXIT-Generalversammlung.

einsmitglieder liegen der GV keine Fragen zur Jahresrechnung 2020 vor.

⇒ *Die Jahresrechnung 2020 wird genehmigt.*

8088 Ja | 9 Nein | 162 Enthaltungen | 0 ungültig

## 5.2 Kenntnisnahme des Revisionsberichts 2020

Die Revisionsstelle MOORE STEPHENS EXPERT (ZÜRICH) AG hat ihren Revisionsbericht schriftlich eingereicht. Er ist auf exit.ch sowie in Auszügen im «Info» 2.21 (Seite 32) publiziert. Der entscheidende Passus lautet: «Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung nicht Gesetz und Statuten entspräche.» Der GV liegen seitens der Vereinsmitglieder keine Fragen vor.

⇒ *Der Bericht 2020 der Revisionsstelle wird von der GV zur Kenntnis genommen.*

## TRAKTANDUM 6

### Entlastung des Vorstandes

Die Präsidentin dankt im Namen des Vorstandes für das Vertrauen.

⇒ *Die Entlastung wird erteilt.*

8061 Ja | 28 Nein | 169 Enthaltungen | 1 ungültig

## TRAKTANDUM 7

### Bericht der EXIT-Stiftung palliacura

Der Jahresbericht 2020 ist im «Info» 2.21 publiziert worden; die Bilanz und Erfolgsrechnung finden sich auf palliacura.ch. Seitens Vereinsmitglieder liegen der GV keine Fragen vor.

⇒ *Der Jahresbericht der Stiftung palliacura wird zur Kenntnis genommen.*

## TRAKTANDUM 8

### Wahlen

#### 8.1 Ersatzwahl in die Geschäftsprüfungskommission GPK (Amtsperiode bis 2023)

Die GPK-Vorsitzende Elisabeth Zillig tritt per GV 2021 zurück. Den Vorsitz übernimmt das bisherige Mitglied Dr. Patrick Middendorf. Als Ersatz schlägt der Vorstand die Zürcher Rechtsanwältin Dr. Christa Stamm-Pfister vor. Sie ist im «Info» 3.21 vorgestellt worden. Der GV liegen seitens Mitglieder weder Fragen noch Gegenanschläge vor.

⇒ *Dr. Christa Stamm-Pfister wird für den Rest der Amtsdauer gewählt.*

7986 Ja | 13 Nein | 260 Enthaltungen | 0 ungültig

## 8.2 Wahl der Revisionsstelle (Amtsperiode bis zur GV 2022)

Der Vorstand schlägt einstimmig die Firma MOORE STEPHENS EXPERT (ZURICH) AG, Zürich, zur Wahl vor (Amtsdauer bis zur GV 2022). Der GV liegen seitens Mitglieder weder Fragen noch Gegenvorschläge vor.

⇒ Die MOORE STEPHENS EXPERT (ZURICH) AG wird gewählt.

7922 Ja | 27 Nein | 310 Enthaltungen | 0 ungültig

## 8.3 Wahl der Unabhängigen Stimmrechtsvertretung (Amtsperiode bis und mit GV 2022)

Der Vorstand schlägt einstimmig die Firma Proxy Voting Services GmbH, Zürich, zur Wahl vor (Amtsdauer bis GV 2022). Der GV liegen seitens Mitglieder weder Fragen noch Gegenvorschläge vor.

⇒ Die Proxy Voting Services GmbH wird gewählt.

7836 Ja | 49 Nein | 373 Enthaltungen | 1 ungültig

## TRAKTANDUM 9 Statutenrevision

### 9.1 Gesamtrevision

Die Statuten sind in einem zwei Jahre dauernden Verfahren inklusive vereinsinterner Vernehmlassung revidiert worden. Der GV liegen dazu keine Fragen vor. Der Vorstand empfiehlt die revidierten Statuten mit Inkrafttreten per 1.1.2022 einstimmig zur Annahme.

⇒ Die revidierten Statuten werden angenommen.

7959 Ja | 55 Nein | 242 Enthaltungen | 3 ungültig

### 9.2 Mitgliederanträge zu einzelnen Artikeln der neuen Statuten

Der GV liegen 11 Anträge zur Änderung einzelner Artikel der revidierten Statuten vor.

⇒ Der Antrag 1 Andreas Martini wird abgelehnt.

2645 Ja | 4508 Nein | 1101 Enthaltungen | 5 ungültig

⇒ Der Antrag 2 Beat Burkhalter wird abgelehnt.

2466 Ja | 4676 Nein | 1116 Enthaltungen | 1 ungültig

⇒ Der Antrag 3 Beat Burkhalter wird abgelehnt.

2723 Ja | 4442 Nein | 1094 Enthaltungen | 0 ungültig

⇒ Der Antrag 4 Kettiger/Burkhalter wird abgelehnt.

2109 Ja | 4903 Nein | 1244 Enthaltungen | 3 ungültig

⇒ Der Antrag 5 Billo Heinzpeter Studer wird abgelehnt.

1767 Ja | 5377 Nein | 1114 Enthaltungen | 1 ungültig

⇒ Der Antrag 6 Kaspar Hotz wird abgelehnt.

2307 Ja | 4798 Nein | 1149 Enthaltungen | 5 ungültig

⇒ Der Antrag 7 Kaspar Hotz wird abgelehnt.

1850 Ja | 5260 Nein | 1146 Enthaltungen | 3 ungültig

⇒ Der Antrag 8 Beat Burkhalter wird abgelehnt.

3053 Ja | 3507 Nein | 1692 Enthaltungen | 7 ungültig

⇒ Der Antrag 9 Beat Burkhalter wird abgelehnt.

2094 Ja | 4999 Nein | 1164 Enthaltungen | 2 ungültig

⇒ Der Antrag 10 Beat Burkhalter wird abgelehnt.

1940 Ja | 5156 Nein | 1162 Enthaltungen | 1 ungültig

⇒ Der Antrag 11 Beat Burkhalter wird abgelehnt.

1840 Ja | 5254 Nein | 1161 Enthaltungen | 4 ungültig

## TRAKTANDUM 10

### Anträge von Mitgliedern

Innert statutarischer Frist sowie bis zur GV sind zwei Anträge eingegangen. Fragen dazu liegen der GV keine vor.

⇒ Der Antrag von Mitglied Adriana Giaquinto (vorgestellt im «Info» 3.21) wird abgelehnt.

1951 Ja | 4889 Nein | 1417 Enthaltungen | 2 ungültig

Antrag von Mitglied Manfred Gattiker: Es sind sämtliche Wahlen und Abstimmungen als ungültig zu erklären, solange das Wahl- und Stimmgeheimnis nicht gewahrt wird.

Begründung: Das Wahl- und Stimmgeheimnis ist verletzt, da die Personalien des Mitgliedes und die Antworten auf dem gleichen Blatt Papier sind.

Der Vorstand empfiehlt Ablehnung: Bei einer physischen GV sind das Wahl- und Stimmgeheimnis ebenfalls nicht gegeben. Zudem muss bei einer Anfechtung eines Beschlusses das persönliche Abstimmungsverhalten nachgewiesen werden.

⇒ Der Antrag von Mitglied Manfred Gattiker wird abgelehnt.

0 Ja | 6579 Nein | 1665 Enthaltungen | 15 ungültig

## TRAKTANDUM 11

### Diverses

Es liegt nichts vor. Die Präsidentin bedankt sich bei allen Mitgliedern, die schriftlich an der GV teilgenommen haben, bei der SisWare AG und der Unabhängigen Stimmrechtsvertretung sowie bei den Anwesenden. Die GV 2021 ist beendet.

**DER PROTOKOLLFÜHRER BERNHARD SUTTER**

Die GV 2022 findet am **Samstag, 21. Mai 2022** um 13.30 Uhr, im «Volkshaus» in Zürich sowie per schriftlicher Teilnahme statt.



# Im Einsatz für Selbstbestimmung und Barrierefreiheit

*Der gemeinnützige Verein Pro Infirmis berät und unterstützt schweizweit Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen.*



Pro Infirmis berät Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen in über 50 Beratungsstellen in der ganzen Schweiz.

Stellen Sie sich vor, Ihr Gesundheitszustand verschlechtert sich – etwa aufgrund eines Unfalls, einer Krankheit oder Ihres Alters – und Sie sind plötzlich auf einen Rollstuhl sowie andere Hilfsmittel angewiesen. Oder Ihr Kind kommt mit einer Behinderung zur Welt. Vielleicht sind Sie Angehörige eines Menschen mit Behinderungen. Wie verändert sich Ihr Alltag? Welche Fragen haben Sie?

Pro Infirmis ist national die erste Anlaufstelle für das Thema Behinderung. Mit einem landesweiten Netz von Beratungsstellen erbringt sie Dienstleistungen für Menschen mit Behinderungen und ihre An-

**Pro Infirmis** setzt sich seit über 100 Jahren für Menschen mit Behinderungen ein. Die Angebote werden auch über Spenden finanziert und sind für die Betroffenen kostenlos. IBAN CH96 0900 0000 8002 2222 8  
Sie finden die gesamte Dienstleistungs- und Angebotspalette von Pro Infirmis unter: [proinfirmis.ch](http://proinfirmis.ch)

gehörigen im ambulanten Bereich. Pro Infirmis berät und unterstützt in allen Lebensbereichen. Sie macht sich dafür stark, dass die Würde von Menschen mit Behinderungen respektiert wird und ihnen die gleichen Rechte wie allen zukommen. Zudem setzt sie sich ein für Rahmenbedingungen, die Menschen mit Behinderungen ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen sowie für umfassende Barrierefreiheit. Informationen, Dienstleistungen, Einrichtungen und Bauten müssen für alle zugänglich und nutzbar sein. Pro Infirmis steht politisch für die Interessen von Menschen mit Behinderungen ein. Um gemeinsame Ziele zu erreichen, bündelt sie ihre Kräfte mit denen anderer Akteure aus Staat und Zivilgesellschaft.

Die wichtigsten Angebote in Kürze:

## **Sozialberatung**

Die Sozialberatung steht Menschen mit Behinderungen und ihren Angehörigen offen. Das Angebot ist kostenlos und umfasst Beratung und Begleitung in den verschiedenen Lebensbereichen. Die Sozial-

beratung trägt dazu bei, herausfordernde Lebenssituationen zu bewältigen und Perspektiven zu entwickeln. Die Online-Beratung ergänzt das Angebot der Beratungsstellen und ermöglicht einen anonymen Erstkontakt.

## **Begleitetes Wohnen**

Menschen mit Behinderungen, die in einer eigenen Wohnung leben, erhalten Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags. Die Begleitpersonen von Pro Infirmis kommen regelmässig zu ihnen nach Hause und geben praktische Anleitung vor Ort. Die Schwerpunkte des Begleiteten Wohnens werden je nach Bedürfnis individuell vereinbart.

## **Assistenzberatung**

Die Assistenzberatung wendet sich an Menschen mit Behinderungen, die ihre persönliche Assistenz organisieren möchten – für ein selbstbestimmtes Leben in der eigenen Wohnung. Pro Infirmis bereitet sie auf ihre Rolle als Arbeitgeber\*in vor.

## **Entlastungsdienst**

Mit dem Entlastungsdienst werden Familien und Einzelpersonen unterstützt, die zu Hause Angehörige mit Behinderungen betreuen. Die Mitarbeitenden des Entlastungsdienstes übernehmen regelmässig oder punktuell für einige Stunden die Betreuung. Die Angehörigen erhalten dadurch Erholungspausen und können Erschöpfungszuständen vorbeugen.

[Dieser Beitrag von Pro Infirmis ist Teil der Serie «Hilfsangebote». EXIT möchte die Mitglieder über Hilfestellungen im Alter, bei Krankheit oder Behinderung informieren und bietet in diesem Bereich tätigen Organisationen die Möglichkeit, sich und ihre Angebote vorzustellen.](#)

# Anleitung für ein gutes Leben

*Ein möglichst angenehmes und gutes Leben: Das wünschen sich verständlicherweise die meisten Menschen. Auch herrscht mehr oder weniger Einigkeit darüber, was die Grundpfeiler eines guten Lebens sein könnten – nur gehen sie leider im Alltag oft vergessen.*

Ein altes spanisches Lied besagt, dass es drei wichtige Dinge im Leben gibt: Gesundheit, Geld und Liebe («Tres cosas hay en la vida: salud, dinero y amor»). Die Reihenfolge ist wohl mehr dem Fluss der Worte geschuldet als der tatsächlichen Bedeutung der drei Faktoren – oder vielleicht auch nicht. Denn die Prioritäten variieren wahrscheinlich von Mensch zu Mensch, je nach seinen Bedürfnissen. Oft ist es so, dass wir uns am meisten nach dem sehnen, was uns am dringendsten fehlt. Wer krank ist, wird sagen: «Gesundheit ist das Allerwichtigste!» Wer unter wirtschaftlicher Not leidet, wird sagen: «Nein, ohne Geld

läuft nichts!» Wer unfreiwillig Single ist, wird sagen: «Ach was, nur die Liebe zählt!» Wie die Prioritäten auch aussehen mögen und welcher Aspekt im Vordergrund stehen mag: Tatsache ist, dass eine positive Bilanz in all diesen drei Bereichen schon mal ein recht angenehmes Leben garantiert. Aber ist ein «angenehmes Leben» mit einem «guten Leben» gleichzusetzen? Oder gibt es vielleicht weitere Aspekte, die ebenfalls einen erheblichen Einfluss darauf haben, wie glücklich wir mit unserem Leben sind? Ja, meint die Australierin Bronnie Ware, die als Palliativ-Krankenschwester jahre-

lang todkranke Menschen gepflegt hat. Aus den Gesprächen mit ihren Patienten verfasste sie das Buch

---

## Immer rigider, wer zu uns passt und wer nicht?

---

«5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen». Es sind dies: Freundschaften pflegen, Gefühle zeigen, auf den inneren Kompass hören, weniger arbeiten und mehr genießen.

### In Kontakt bleiben

Kein Mensch ist eine Insel. Und eine Insel zu sein, würde wohl die wenigsten Menschen glücklich machen. Deshalb ist die Zugehörigkeit zur Gemeinschaft eine wichtige Voraussetzung für ein gutes Leben. Kontakt zu anderen Menschen ist für die meisten von uns lebensnotwendig. Aber den Kontakt herzustellen und über Jahre hinweg aufrecht zu erhalten, gelingt nicht ohne Aufwand. Immer wieder müssen wir uns um Begegnungen bemühen, Zeit für sie finden. Manchen Menschen fällt das von Natur aus leicht. Andere fragen sich, wo die lieben Freunde der Kindheit und Jugend geblieben sind und wissen gar nicht mehr, warum sie diese aus den Augen verloren haben. Es ist normal, dass man heute, da man in der Regel nicht mehr sein ganzes Leben an einem Ort verbringt, auch Menschen zurücklässt, wenn man umzieht. Die Frage ist, ob neue Freunde an ihre Stelle getreten sind oder ob es mit den Jahren im-

## Vom guten Leben zum guten Sterben

«Das Leben vor dem Tod entscheidet über unser Sterben», schreibt Gregor Eisenhauer in seinem Buch «Die 10 wichtigsten Fragen des Lebens». Er muss es wissen, hat er doch jahrelang Nachrufe verfasst und bei den Gesprächen mit den Hinterbliebenen viel darüber erfahren, in welchem Zusammenhang ein stimmiges Leben mit einem guten Sterben steht.

Und auch der bekannte amerikanische Psychotherapeut und Buchautor Irvin D. Yalom betont in seinen zahlreichen Werken, dass es Menschen leichter fällt, Abschied zu nehmen und zu sterben, wenn sie ein erfülltes Leben hatten.

Wer versucht hat, sein Potenzial zu verwirklichen, sich bemüht hat, Träume in die Wirklichkeit umzusetzen und Dinge gewagt hat, bei denen der Ausgang nicht von An-

fang an gewiss war, kann leichter von dieser Welt gehen, wenn die Zeit gekommen ist. Dabei ist es, so Yalom, gar nicht so wichtig, wie erfolgreich man war, sondern, dass man ohne Bedauern über ungelebtes Leben ist. Wer nichts bereut und nicht mit seinem Leben hadert, kann gelassener seinem Ende entgegenblicken – das macht Sinn.

Aber natürlich interessiert es uns nicht erst am Ende des Lebens, wenn es praktisch schon vorbei ist, ob wir es nun gut oder weniger gut gelebt haben. Vielmehr könnte es sich lohnen, immer wieder (so alle paar Jahre) inne zu halten und zu überlegen, ob das Leben, das wir führen, für uns stimmig ist und wie wir es innerhalb unserer Möglichkeiten passender gestalten könnten.

NF

mer weniger geworden sind. Sind wir offengeblieben und haben neue Menschen in unser Leben gelassen oder haben wir immer rigidere Vorstellungen darüber entwickelt, wer zu uns passt und wer nicht? Vielleicht erlauben wir nur noch einen homogenen Menschenschlag um uns herum: im gleichen Alter wie wir, mit dem gleichen sozialen und wirtschaftlichen Hintergrund wie wir, mit den gleichen Ansichten wie wir. Klingt etwas eintönig, nicht? Ist es auch. Offenheit und eine neugierige, positive Grundhaltung sorgen hingegen immer wieder für interessante Begegnungen, egal, wie alt man ist.

**Gefühle ausdrücken – auch die guten**

Und da wären wir schon beim nächsten Punkt: Gefühle ausdrücken. Das bedingt natürlich in erster Linie, dass wir uns unserer Gefühle bewusst sind, was vielen von uns nicht so leicht fällt. Hier ist der Körper ein kluger Wegweiser, denn unser Bauchgefühl zeigt uns oft instinktiv den richtigen Weg, auch wenn uns der Verstand etwas anderes sagen will. Die Erfahrung zeigt es immer wieder, rationale Entscheide machen immer Sinn (sonst wären sie ja nicht rational), aber dennoch nicht immer glücklich, wenn sie gegen das Bauchgefühl getroffen werden.

Bei den Gefühlen sollten wir zwischen positiven und negativen unterscheiden. Viele Menschen gehen mit einem chronisch kritischen Blick durchs Leben. Sie erkennen sofort, wenn etwas schlecht oder suboptimal ist – und drücken das auch ungeniert aus. Viel zurückhaltender sind sie, wenn es darum geht, Freude, Mitgefühl, Bewunderung zu zeigen. Oder anders gesagt: An positivem emotionalem Überschwang leiden die wenigsten von uns. Viele zeigen aus diesem Grund mit Lob und Komplimenten, anstatt aus dem Vollen zu schöpfen. Dabei gibt es kaum jemand, der sich über ein aufmerksames und aufrichtig ge-

meintes Kompliment nicht freut, auch wenn wir in unserer Kultur leider gelernt haben, Komplimente verschämt von uns zu weisen. Sie tun trotzdem gut, und zwar nicht nur dem Empfangenden.

**Sich treu bleiben**

Im Einklang mit seinen Gefühlen zu sein, bedeutet auch, vermehrt auf die innere Stimme zu hören, anstatt das zu tun, das von uns erwartet wird. Ein selbstbestimmtes Leben zu führen, das tun, was man selbst für richtig hält und sich weniger um die Meinungen der anderen zu kümmern, klingt gut. Aber hier die richtige Balance zu finden, ist nicht einfach. Wo geht es darum, innere Bedürfnisse zu leben und wo handelt es sich um blossen Egoismus? Wann bekennen wir kompromisslos Farbe und wann ist Rücksicht auf andere Menschen angebracht? Die Antwort darauf ist vielleicht auch eine Frage des Alters und fluktuiert während eines Menschenlebens. In jungen Jahren sind wir oft abenteuerlustig(er) und ich-bezogen(er). Später, wenn wir uns für ein Leben in einer Partnerschaft und vielleicht auch mit Familie entscheiden, lernen wir, Kompromisse zu machen. Das Wohl geliebter Menschen ist uns dann ebenso

---

Nur wenige  
leiden an positivem  
Überschwang

---

wichtig wie unser eigenes, wenn nicht wichtiger, vor allem wenn es sich um unsere Kinder handelt. Später, wenn die Familienphase abgeschlossen ist, bricht oft wiederum eine interessante Zeit der neuen Freiheit an, in der noch vieles möglich ist und die geschickt genutzt werden will.

**Weniger Arbeit – mehr Freude**

Grabinschriften gibt es viele, aber «Er/Sie hat immer viel gearbeitet» gehört wohl nicht zu den belieb-

**Lesetipps zum Thema**

Gregor Eisenhauer  
«Die zehn wichtigsten  
Fragen des Lebens»  
DuMont



Eisenhauer verfasst Nachrufe und dabei hat er vieles über den Tod und noch mehr über das Leben erfahren. Salopp im Stil, herzlich im Inhalt.

Irvin D. Yalom  
«In die Sonne schauen»  
btb



Fälle aus der psychoanalytischen Praxis von Irvin Yalom zeigen, wie man die Angst vor dem Tod überwinden und Mut zu einem guten, bewussten Leben finden kann.

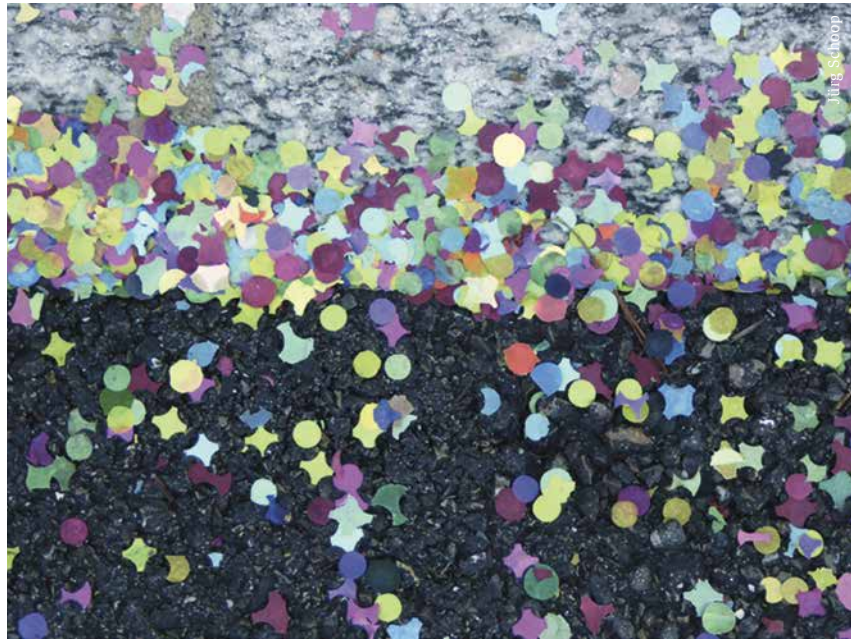
Bronnie Ware  
«5 Dinge, die Sterbende  
am meisten bereuen»  
Goldmann



Anhand anekdotischer Fallbeispiele kristallisiert die Palliativ-Schwester Bronnie Ware die für sie wichtigsten Erkenntnisse heraus und ergänzt sie mit eigenen philosophischen Betrachtungen.

testen. Oder anders gesagt: Viel zu arbeiten, zahlt sich vielleicht finanziell aus und streichelt das Ego, aber ob es am Ende des Lebens auch zu den Glücksfaktoren gezählt werden darf, ist fraglich. Es ist ein unglückliches Timing, dass die Familienphase oft mit der höchsten beruflichen Produktivität zusammenfällt und so kommt es, dass manche Menschen dann voll auf den Beruf setzen, statt etwas kürzer zu treten und in dieser Zeit mehr für die Kinder oder für die betagten Eltern da zu sein. Am Ende staunt man vielleicht, wie schnell doch die Kinder gross geworden sind und betrauert, dass die Eltern schon verstorben sind, obwohl sie vielleicht 90 Jahre alt geworden sind.

Natürlich ist Geld eine Lebensnotwendigkeit. Aber wieviel davon nun tatsächlich notwendig ist, und ob es nicht eine bessere Mischung zwischen finanziellem Wohlstand und Zeit für die Lieben gibt, das muss sich jede und jeder selber fragen. Im Übrigen sind es oft nicht materielle Besitztümer, die am meisten Freude bereiten, sondern relativ einfache Tätigkeiten oder Dinge wie z. B. eine kurze, wohltuende Siesta nach dem Mittagessen; Spaziergänge am Abend statt der Tageschau; ein Glas Prosecco trinken, einfach weil es endlich nicht mehr regnet; spontan die Nachbarn zum



Znacht einladen; ein schönes, auffälliges Kleid kaufen statt wieder ein klassisches. Freude folgt selten der Vernunft. Und Freude lässt

---

### Freude folgt selten der Vernunft

---

sich nicht immer aufschieben, auf den nächsten Sommer, auf die Zeit, wenn die Kinder gross sind, auf die Zeit nach der Pensionierung, denn

das Leben hat die Eigenart, unerwartet Striche durch die Rechnung zu machen. Wie ein Sprichwort von Blaise Pascal (1623–1662) dem französischen Mathematiker, Physiker, Literat und Philosoph besagt: «Wenn du Gott zum Lachen bringen willst, dann schmiede Pläne.» Im Hier und Jetzt zu leben, ist hingegen eine (Lebens-)Kunst, die belohnt wird. Schieben wir also nicht alles auf die lange Bank – wir wissen schliesslich nie, wie lange die Bank sein wird.

**NADIA FERNÁNDEZ MÜLLER**

## Die zehn Gebote eines guten Lebens

1. Freundschaften pflegen, und zwar zweckfrei.
2. Eine sinnhafte Tätigkeit ausüben, egal ob gegen Bezahlung, als Freiwilligenarbeit oder als Hobby.
3. Positiv sein: mehr loben als kritisieren.
4. Grosszügig sein: mehr geben als nehmen (wenn jede\*r das macht, sollte es für alle aufgehen).
5. Nicht zu bequem sein: ausserhalb des gewohnten Rahmens denken und handeln.
6. In Bewegung bleiben: Menschen sind Laufwesen, nicht Sofawesen.
7. Passioniert sein: mindestens eine Tätigkeit mit viel Herzblut ausführen, sei es Socken stricken oder Minigolf spielen und egal, ob Sie gut darin sind oder nicht so.
8. Dankbar sein.
9. Jede Gelegenheit nutzen, um zu lachen.
10. Kreativ sein und eigene Gebote entwickeln.



## Ralf Schlatter «Muttertag»

In diesem Roman von Ralf Schlatter wünscht sich eine Mutter, dass der Sohn ihr beim Freitod hilft. Er macht sich zu Fuss auf den Weg zu ihr. Auf der 16 Stunden langen Wanderung von Zürich nach Schaffhausen denkt er sich zu jeder vollen Stunde einen möglichen Abschied von ihr aus. Vor allem aber denkt er über die Vergangenheit und ihre Beziehung zueinander nach. Wer ist eigentlich diese Frau und was verbindet ihn mit ihr? Liebt er sie überhaupt? Beim verzweifelten Versuch,



dies zu begreifen, erinnert er sich an seine unspektakuläre und wohlbehütete Jugend in der Kleinstadt. Der dominante Vater, ein ehemaliges Arbeiterkind, ist zum Chefprokuristen aufgestiegen. Die Mutter, wie die meisten Mütter in dieser Zeit, opfert sich als pflichtbewusste und selbstlose Hausfrau für die Kinder auf. Trotz dieser vermeintlich heilen Welt blieb für den Sohn zu vieles unausgesprochen. Das Verhalten seiner Mutter empfindet er als Maske, ihr wahres Wesen ist ihm bis heute ein

Rätsel. Am Ende seines Wegs findet er nicht alle Antworten, aber immerhin ein Stück weit seinen Frieden. Ob er ihren letzten Wunsch erfüllen wird, sei hier nicht veratet. Schlatter hinterfragt kritisch starre Familienstrukturen und regt zum Blick hinter die Fassade an. Humorvoll und empathisch verdeutlicht er, wie wichtig Wahrhaftigkeit im menschlichen Zusammenleben ist.

MD

EXIT-Prädikat: **tiefschürfend**

Ralf Schlatter

«Muttertag»

Verlag: Limbus, 2020

Fester Einband: 152 Seiten

ca. CHF 20 | ISBN: 978-3-99039-182-2

## Urs Faes «Untertags»

Der Amerikaner Jakov und die Schweizerin Herta befinden sich bereits in der zweiten Lebenshälfte, als sie an einem Flughafen über seine in Cowboystiefeln steckenden Beine stolpert. Sie verlieben sich und verbringen zwanzig glückliche Jahre miteinander – bis er an Demenz erkrankt. Früher hat Jakov nie gern über seine Vergangenheit geredet, im Verlauf seiner Krankheit driftet er immer



mehr in diese ab. Die ihn betreuende Herta und die gemeinsam verbrachte Zeit verlieren an Bedeutung. Für ihn ist sie nun Virginie, eine mit tragischen Ereignissen verknüpfte Jugendliebe, die Herta an allem zweifeln lässt. So muss sie, währenddessen er der Demenz erliegt, einen Kampf mit sich selber ausfechten und sich fragen, ob man eigentlich Anspruch auf die Vergangenheit eines anderen Menschen

erheben kann. Ruhig und packend erzählt Urs Faes von den belastenden Auswirkungen einer Demenzerkrankung auf eine Beziehung, wie lange Verdrängtes alles bisher für selbstverständlich Gehaltene in Frage stellt und wie unerschütterlich Liebe nichtsdestotrotz sein kann.

MD

EXIT-Prädikat: **eindringlich**

Urs Faes

«Untertags»

Verlag: Suhrkamp, 2020

Gebunden: 239 Seiten

ca. CHF 25 | ISBN: 978-3-518-42948-8

## Dr. Lisa Mosconi «Das weibliche Gehirn»

Zwei Drittel aller Alzheimer-Erkrankten sind Frauen. Woran liegt es, dass Frauen so viel häufiger als Männer von degenerativen Gehirnerkrankungen betroffen sind und was lässt sich dagegen tun? Die US-Neurologin und Alzheimer-Expertin Lisa Mosconi liefert in drei übersichtlichen Abschnitten – «Verstehen», «Forschen», «Handeln» – und in klarer Sprache Erklärungen dafür. Ein Faktor und ein



Wendepunkt für die Gehirngesundheit von Frauen sind die Wechseljahre. Der Östrogenspiegel, der wichtig ist für die Gehirnenergie, sinkt in dieser Zeit stark. Das Gehirn wird dann nicht nur für Demenz anfälliger, sondern auch für viele andere Krankheiten. Weil ein ausbalancierter Hormonspiegel helfen kann, legt Mosconi das Für und Wider einer Hormonersatztherapie ausgiebig dar. Besonders wichtig ist es ihr aber aufzuzeigen,

was Frauen punkto Umwelteinflüsse und Lebensstil unternehmen können, um das Risiko von schweren Erkrankungen zu mindern. «Das weibliche Gehirn» bietet eine Vielfalt an neuesten Forschungserkenntnissen und ist ein spannender Ratgeber für eine bessere Frauengesundheit.

MD

EXIT-Prädikat: **fundiert**

Dr. Lisa Mosconi

«Das weibliche Gehirn»

Verlag: Rowohlt, 2020

Gebunden: 432 Seiten

ca. CHF 25 | ISBN: 978-3-498-00205-3

# Reanimieren im Notfall: Ja oder nein?

*In der Patientenverfügung lässt sich festhalten, wie man im Notfall behandelt werden möchte. Aber gibt es auch akute Ereignisse, bei denen ein Reanimations-Verbot nicht eingehalten wird? Michael Schumann, Bereichsleiter Sanität von Schutz & Rettung Zürich, nimmt Stellung.*



Michael Schumann von Schutz & Rettung Zürich: «Wenn die Zeit drängt, bleibt vor den ersten Massnahmen wenig Zeit, sich mit dem möglichen Patientenwillen auseinanderzusetzen.»

*Herr Schumann, sind Sie als Bereichsleiter selbst noch an den Rettungseinsätzen an vorderster Front mit dabei und wie lange schon?*

Ich bin seit 22 Jahren im Rettungsdienst tätig und stand selber viele Jahre als diplomierter Rettungssanitäter im Einsatz. Heute bin ich in meiner Funktion als Bereichsleiter und Pikett-Offizier nur noch selten an vorderster Front.

*Wie ist der Ablauf im Notfall und woran orientiert sich das Rettungsteam in der Akutsituation mit vorliegendem Kreislaufstillstand?*

Bei einem Kreislaufstillstand zählt jede Sekunde. Daher versuchen wir möglichst kurze Hilfsfristen, also

die Zeit zwischen Alarmierung des Rettungsteams bis zu dessen Eintreffen am Notfallort, zu erreichen, indem immer unmittelbar das nächstverfügbare Team eines Rettungsdienstes zum Einsatz kommt – unabhängig von der Gebietszuständigkeit.

Vor Ort werden dann nach einer kurzen Situationsbeurteilung und einer anschliessenden ersten Patientenbeurteilung unverzüglich die lebensrettenden Sofortmassnahmen eingeleitet. Da die Zeit drängt, bleibt vor den ersten Massnahmen wenig Zeit, sich mit dem möglichen Patientenwillen auseinanderzusetzen. Entsprechende Hinweise müssen also rasch und einfach ersichtlich sein.

*Können Sie uns etwas zur Erfolgsprognose hinsichtlich Reanimation (REA) im Notfall ausserhalb des Spitals sagen?*

Je besser die Rettungskette funktioniert, angefangen von einem raschen Notruf über die sofortige Einleitung einer Laienreanimation (inklusive Defibrillation) bis hin zur professionellen Versorgung durch einen Rettungsdienst sowie der unverzüglich weiterführenden Therapie in einem Spital, desto positiver ist die Prognose für den betroffenen Patienten. Verschiedene Studien zeigen: Wenn ein Patient innerhalb der ersten drei bis fünf Minuten nach dem Herz-Kreislauf-Stillstand defibrilliert wird, liegt seine Überlebenschance bei 50 bis 70 Prozent – abhängig natürlich auch von der Ursache des Kreislaufstillstandes. Die Überlebensrate hingegen sinkt mit jeder verstrichenen Minute ohne Massnahmen um etwa 7 bis 10 Prozent.

*Welche Verbindlichkeit haben DNAR-Embleme («Do Not Attempt Resuscitation», auf Deutsch «Keine Wiederbelebung») grundsätzlich?*

Liegt eine gültige, auf die Situation anwendbare und zweifelsfreie Patientenverfügung (PV) vor, ist diese zu beachten. Gültig ist eine solche Verfügung, wenn sie schriftlich und datiert ist sowie handschriftlich unterschrieben.

Deshalb sind beispielsweise «No CPR»-Stempel («No Cardiopulmonary Resuscitation», auf Deutsch «Keine Herz-Lungen-Wiederbelebung»), undatiert und ohne Unterschrift, alleine keine gültigen PV. Sie geben aber einen Hinweis auf



Der Vorstand 2019–2022: Jürg Wiler (Kommunikation), Marion Schafroth (Präsidentin), Andreas Stahel (Freitodbegleitung), Katharina Anderegg (Recht) und Andreas Russi (Finanzen)

EXIT gehört zu den grössten Vereinigungen der Schweiz. Wir zählen über 135 000 Mitglieder.

Familie und Freunde erfahren von Ihnen, den Mitgliedern, vom Schutz und der Sicherheit, die EXIT bietet, von der Patientenverfügung, die nur EXIT im Notfall aktiv durchsetzt, und natürlich vom Recht auf Selbstbestimmung im Leben und im Sterben.

80 Prozent der Bevölkerung stehen hinter uns, aber längst nicht alle sind Mitglied.

Je mehr wir wachsen, umso stärker können wir uns für Ihre Wahlmöglichkeiten am Lebensende sowie für mehr Selbstbestimmung und Würde einsetzen.

## Machen Sie mit!

# Beitrittserklärung



- Melden Sie sich direkt online auf [www.exit.ch](http://www.exit.ch) als Mitglied an. Ganz einfach auch mittels QR-Code:
- oder senden Sie uns die ausgefüllte Karte per Scan an [anmeldung@exit.ch](mailto:anmeldung@exit.ch)
- oder per Post an EXIT, Postfach, 8032 Zürich



Frau\*  Herr\* (bitte in Blockschrift ausfüllen)

\* Pflichtfelder

Amtlicher Name\*

Amtlicher Vorname\*

Strasse\*

PLZ\*

Ort\*

Geburtsdatum\*

Heimatort/Staatsbürgerschaft\*

Telefon\*

E-Mail\*

Art Mitgliedschaft\*

- Jahresmitgliedschaft CHF 45.– pro Kalenderjahr
- Lebenszeitmitgliedschaft CHF 1100.– einmalig

Korrespondenz

- Mitglieder-Magazin in Papierform erwünscht (ansonsten als Download auf [www.exit.ch](http://www.exit.ch))
- Newsletter erwünscht (bitte oben E-Mail-Adresse angeben oder auf [www.exit.ch](http://www.exit.ch) direkt anmelden)

Patientenverfügung\*

- Ich wünsche eine EXIT-Patientenverfügung in folgender Sprache:  DE  FR  IT  EN
- Ich möchte keine EXIT-Patientenverfügung

Ich habe die Statuten und die Datenschutzerklärung von EXIT Deutsche Schweiz (ersichtlich auf [www.exit.ch](http://www.exit.ch)) gelesen und verpflichte mich, die mir zugestellte Rechnung innert 30 Tagen nach Erhalt zu begleichen. Meine Angaben sind korrekt und ich nehme zur Kenntnis, dass Anmeldungen durch Drittpersonen nicht gestattet sind.

Datum\*

Unterschrift\*

# Dafür steht EXIT

- **EXIT schützt Sie und Ihre Angehörigen im Spital.** Ärztliche Massnahmen gegen den Patientenwillen sind nicht erlaubt. Für den Fall, dass Sie Ihren Willen bezüglich der Behandlung nicht mehr äussern können, gibt es die EXIT-Patientenverfügung.
- **EXIT hilft Menschen, die schwer leiden, beim Sterben.** In der Schweiz ist die Begleitung beim Freitod seit Jahrzehnten erlaubt. EXIT engagiert sich darin seit mehr als 30 Jahren. Die professionelle Geschäftsstelle und ein Team von erfahrenen Freitodbegleiterinnen beraten und helfen, wo es die Richtlinien von EXIT zulassen.
- **EXIT engagiert sich auch politisch für das Selbstbestimmungsrecht.** Seit dem Jahr 2000 hat es in den Eidgenössischen Räten über zwei Dutzend Vorstösse zur Sterbehilfe gegeben. EXIT hält Kontakt zu Parteien, Parlamentariern und dem Bundesrat und informiert und begleitet sämtliche politischen Schritte im Sinne unserer Sache.
- **EXIT setzt im Ernstfall Ihre Patientenverfügung mit aktiven und juristischen Mitteln durch.** Als einzige Patientenverfügungsorganisation der Schweiz kommen die EXIT-Vertreter an Ihr Spitalbett und helfen Ihren Angehörigen bei der Durchsetzung Ihrer Anweisungen.
- **EXIT respektiert die Schweizer Gesetze und die Sorgfaltspflichten bei der Hilfe zum Freitod.** EXIT kooperiert mit Ärzteschaft, Behörden, Justiz und Polizei.
- **EXIT ist weltanschaulich und konfessionell neutral und hat keine wirtschaftlichen Interessen.** EXIT ist als erster Patientenverfügungsverein 1982 gegründet worden und heute eine der grössten Sterbehilfeorganisationen der Welt.

## Mitgliedschaft



Auszug aus den Statuten:

«EXIT nimmt urteilsfähige Personen, die das 18. Altersjahr vollendet haben, als Mitglied auf, sofern sie das schweizerische Bürgerrecht besitzen oder als Ausländer in der Schweiz wohnhaft sind. Die Aufnahme erfolgt auf Antrag der gesuchstellenden Person. Der Vorstand kann Aufnahmegesuche ablehnen. Das Mitgliederverzeichnis ist geheim zu halten. Die Mitgliedschaft erlischt durch Tod, Austritt, Streichung oder Ausschluss.»

**Der jährliche Mitgliederbeitrag beträgt pro Kalenderjahr CHF 45.–, oder derjenige auf Lebenszeit einmalig CHF 1100.–.**

- Melden Sie sich direkt online auf [www.exit.ch](http://www.exit.ch) an. Ganz einfach auch mittels QR-Code:
- oder senden Sie uns die ausgefüllte Karte an [anmeldung@exit.ch](mailto:anmeldung@exit.ch)
- oder per Post an EXIT, Postfach, 8032 Zürich



Für eine kostenlose Freitodbegleitung beträgt die minimale Mitgliedschaftsdauer drei Jahre. Für eine Begleitung von Personen, die weniger als drei Jahre EXIT-Mitglied sind, wird, je nach Dauer der Mitgliedschaft, ein Kostenanteil zwischen 1100 Franken und 3700 Franken erhoben. Die langjährigen Mitglieder haben jedoch gegenüber Noch-Nicht-Mitgliedern stets Vorrang. Letztere können nur bei freien Kapazitäten begleitet werden. Stellt nicht der Hausarzt das Rezept aus und wird ein Konsiliararzt vermittelt, fallen – unabhängig von der Mitgliedschaftsdauer – Kosten für diesen an.

# Unterstützung ist willkommen

für die Beratung von Menschen mit schwerstem Schicksal,  
für komplizierte Rechtsfälle im Gebiet der Sterbehilfe,  
für den politischen Weg hin zu einer liberalen Gesetzgebung,  
für nachhaltige Forschung und langjährige Studien.

Falls Sie unseren Einsatz finanziell unterstützen wollen, dann nutzen Sie bitte untenstehenden  
Einzahlungsschein oder spenden Sie direkt auf [www.exit.ch/onlinespenden](http://www.exit.ch/onlinespenden). Herzlichen Dank.



Bitte beachten: Die Rechnung für den jährlichen Mitgliederbeitrag wird  
Anfang Jahr automatisch zugestellt.

## Adressänderung



- Erfassen Sie Ihre Adressänderung direkt online im Mitglieder-Portal auf [exit.ch](http://exit.ch). Ganz einfach auch mittels QR-Code:
- oder per E-Mail an [adresse@exit.ch](mailto:adresse@exit.ch)
- oder per Post an EXIT, Postfach, 8032 Zürich

nur für bestehende Mitglieder

**BISHER**

Mitglieder-Nr.

amtlicher Nachname

amtlicher Vorname

Postfach/Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

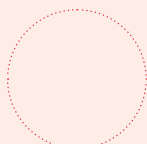
- Adressänderung ebenfalls für im selben Haushalt  
lebende Personen mit den/der Mitglieder-Nr. \_\_\_\_\_

**NEU**

gültig ab \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta	+ Einzahlung Giro +	+ Versement Virement +	+ Versamento Girata +
<p>Einzahlung für / Versement pour / Versamento per</p> <p>EXIT Postfach CH-8032 Zürich</p> <p>Konto / Compte / Conto 80-30480-9 <b>CHF</b></p> <p>Einbezahlt von / Versé par / Versato da</p>	<p>Einzahlung für / Versement pour / Versamento per</p> <p>EXIT Postfach CH-8032 Zürich</p> <p>Konto / Compte / Conto 80-30480-9 <b>CHF</b></p> <p>105</p>	<p>Zahlungszweck / Motif versement / Motivo versamento</p> <p><input type="checkbox"/> Spende</p> <p>Mitgliedernr.: .....</p> <p>Einbezahlt von / Versé par / Versato da</p>	



Die Annahmestelle  
L'office de dépôt  
L'ufficio d'accettazione

800304809>

800304809>

## Herbstgedanke

Mach mich, o Herr, doch jenen Blättern gleich,  
die ich verwelkend heut im Sonnenlicht  
auf einer Ulme Gipfel zittern seh'.

Sie zittern, ja, doch nicht aus Furcht, so klar  
erscheint das Licht, und süß, sich von dem Zweig  
zu lösen und sich der Erde zu vereinen.

Sie leuchten auf im letzten Strahl, die Herzen  
schon ganz bereit; es hat der Tod für sie  
die Milde einer sanften Abendröte.

Lass mich wie sie vom höchsten Zweig mich lösen  
des Erdenlebens, ohne Klagelaut,  
erfüllt von dir, wie von dem Sonnenlicht.

Ada Negri

Mathias Groll und Christian Walther (Hrsg.), «Endlichkeit und Vergänglichkeit»,  
Lyrik-Anthologie, tredition, 2020

den mutmasslichen Patientenwillen. Bis nach der entsprechenden «No CPR»-Karte oder PV gesucht werden kann, muss jedoch reanimiert werden.

Datierte und unterschriebene «No CPR»-Pflaster hingegen sind gültige PV; auf Reanimationsmassnahmen wird von Anfang an verzichtet.

*Der Auftrag von «Schutz & Rettung» ist es, Leben zu retten. Wie zentral ist dabei der Wille der Patientinnen und Patienten?*

Wir möchten bei unseren medizinischen Massnahmen im Rettungsdienst, wenn immer möglich, den Patientenwillen berücksichtigen, auch wenn der Patient diesen selber nicht mehr äussern kann und eben gar nicht «gerettet» werden will. Entsprechend stellen wir unseren Mitarbeitenden dazu klare Vorgaben und Leitlinien zur Verfügung, damit sie in diesen anspruchsvollen Situationen richtig reagieren können. Wichtig ist aber auch, dass möglichst viele Menschen ihren Patientenwillen mit den eigenen Angehörigen besprechen und diesen auch in einer Verfügung festhalten.

*Können Sie uns einen konkreten Fall schildern, in dem Sie und Ihr Team in Konflikt geraten sind in Bezug auf Ihre Pflicht zur Lebensrettung und auf die Respektierung des Patientenwillens?*

Ich kann mich gut an einen Einsatz erinnern, bei welchem ich selber dabei war: wir wurden nachts zu einer älteren Dame gerufen, die einen Kreislaufstillstand erlitten hatte. Bei unserem Eintreffen informierte uns die anwesende Tochter, dass ihre Mutter nicht reanimiert werden möchte. Leider konnte sie die PV nicht finden. Ausserdem stellte sich die Frage, warum sie angesichts des Patientenwillens den Rettungsdienst gerufen hatte. Die Situation war unklar und wir mussten «leider» mit der Reanimation beginnen – was für uns wie auch für die Angehörige unangenehm war, da wir gegen den mutmass-



Beim Einsatz des Rettungsteams zählt jede Sekunde. Hinweise auf den Patientenwillen müssen schnell und einfach ersichtlich sein.

lichen Patientenwillen handelten. Erst als die zweite Tochter eintraf, konnte die Verfügung gefunden werden und wir haben die Reanimation eingestellt. Situationen dieser Art kommen immer wieder vor.

*Was geschieht, wenn der Patientenwille erst nach Einleitung der Reanimationsmassnahmen bekannt wird?*

Wie in der vorhergehenden Antwort geschildert, ist mit der Reanimation zu beginnen, wenn Zweifel am Patientenwillen bestehen. Bei erster Gelegenheit muss im Portemonnaie, in Taschen und, falls man bei der Person zu Hause ist, in der Wohnung nach der PV oder «No CPR»-Karte gesucht werden. Sind diese klar und vollständig, muss die Reanimation abgebrochen werden. Das ist in der Kompetenz der RettungssanitäterInnen, dazu braucht es keinen Notarzt bzw. keine Notärztin.

*Was ist Ihre Meinung zum neuen EXIT-Mitgliederausweis mit QR-Code zur Patientenverfügung und in Kombination mit dem «REA verboten»-Kleber?*

Der EXIT-Mitgliederausweis erfüllt klar die erwähnten Kriterien, um als PV zu gelten. Mit dem zusätzlichen «REA verboten»-Aufkleber kann der Ausweis zudem regelmässig neu datiert werden, was die Aktualität der Verfügung unterstreicht. Die Möglichkeit via QR-Code auf die ausführliche PV zu gelangen ist interessant und könnte durchaus noch zusätzliche Gewissheit geben, z. B. hinsichtlich Organspende. In der akuten Phase, wenn es um die Entscheidung Reanimation Ja oder Nein geht, leistet der EXIT-Mitgliederausweis aber bereits den wichtigsten Anteil. Ich vermute, dass dieser für meine Mitarbeitenden bereits bei verschiedenen Gelegenheiten Klarheit geschaffen hat.

*Wie beurteilen Sie die Formulierungen in der EXIT-Patientenverfügung und Wegleitung in Bezug auf eine Notfallsituation?*

Mit der EXIT-PV kann sinnvollerweise nicht nur die Situation «Kreislaufstillstand» sondern auch der Patientenwille bei schwerer Verletzung oder Erkrankung detailliert festgehalten werden.

Das ist nach der Erstversorgung durch den Rettungsdienst für die nachbehandelnden Ärzte und das Pflegepersonal im Spital von grossem Nutzen. Die Wegleitung enthält viele wertvolle Hinweise, was beachtet werden muss, damit der Patientenwille im Notfall auch wirklich umgesetzt werden kann. Speziell wichtig finde ich den Hinweis, die Verfügung mit den Bezugspersonen zu besprechen und zu erklären, was von ihnen im Notfall erwartet wird.

*Gibt es andere Massnahmen, die sie als sinnvoll erachten, wenn jemand auf keinen Fall wiederbelebt werden möchte?*

Damit dieser Wunsch berücksichtigt werden kann, muss für die Rettungskräfte wie bereits erwähnt möglichst rasch klar sein, dass jemand nicht reanimiert werden möchte. Ein EXIT-Mitgliederausweis, eine «No CPR»-Karte, eine PV oder Hinweise darauf müssen also gut sichtbar sein. Die Karte oder der Ausweis müssen beim Verlassen der Wohnung immer im Portemonnaie oder der Handtasche mitgeführt werden, am besten kombiniert mit einer «No CPR»-Halskette, einem Pflaster oder Stempel.

In der Wohnung müssen die PV oder Hinweise darauf gut ersichtlich aufbewahrt werden – beispielsweise im Eingangsbereich und/oder dort, wo Medikamente gelagert werden. Die Angehörigen müssen ebenfalls informiert sein, auch darüber, wo die Dokumente zu finden sind.

*Was hat sich im Hinblick auf die Respektierung des Patientenwillens im Bereich Rettungsmassnahmen geändert in den letzten Jahren?*

Die Möglichkeiten, einem Patienten nach Unfall oder Erkrankung das Leben zu retten, haben sich auch in der Präklinik verbessert. Neue Therapien, Medikamente und Rettungstechniken unterstützen dabei.

---

### «Der EXIT-Mitgliederausweis erfüllt klar die erwähnten Kriterien»

---

Die Ausbildungen des Personals haben sich weiterentwickelt und automatische Defibrillatoren sind heute fast überall verfügbar. Mit dieser Entwicklung stellen sich aber auch ethische Fragen. Möchte beispielsweise jeder Patient im hohen Alter, dass sämtliche Massnahmen eingesetzt werden, um ihm das Leben zu retten oder zu verlängern? Der Wunsch, diesen Willen zu kommunizieren, scheint mir aktueller denn je. Entsprechend möchten wir diesen Patientenwillen auch im Rettungsdienst berücksichtigen.

*Tauschen sich die Rettungsteams zum Thema «Umgang mit Patientenverfügungen» auch schweizweit miteinander aus und ist zwischen den verschiedenen Kantonen ein einheitliches Vorgehen im Notfall festgelegt?*

Einen standardisierten Austausch zu dieser Thematik gibt es unter den Rettungsdiensten nicht. Das Thema wurde aber schon an Veranstaltungen und in verschiedenen Gremien angesprochen. Ausserdem setzen sich die RettungsanitäterInnen im Rahmen der dreijährigen höheren Fachschulausbildung damit auseinander. Die konkreten

Vorgaben zum Vorgehen im Einsatz im Kontext von PV werden von den ärztlichen Leitungen der jeweiligen Rettungsdienste definiert.

*Wie ist Ihre Haltung zu den im Juni 2021 aktualisierten medizin-ethischen Richtlinien\* der Schweizerischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften (SAMW) zum Thema Reanimationsentscheidungen?*

In den Richtlinien zu den Reanimationsentscheidungen wird unter anderem neu festgehalten, dass auch glaubhafte Informationen von Drittpersonen zum Patientenwillen gültig sind. Oft stammen diese von anwesenden Familienmitgliedern. Das ist für unsere RettungsanitäterInnen in der Praxis problematisch, weil eine schriftliche Bestätigung fehlt. Was, wenn plötzlich ein weiterer Angehöriger eintrifft, welcher das Gegenteil behauptet? Für uns ist daher vorerst weiterhin die Schriftlichkeit wichtig.

*Und wie sehen Sie die Zukunft im Hinblick auf Patientenwillen, Patientenverfügung und «REA verboten»-Kleber?*

Ich hoffe und erwarte, dass zukünftig vermehrt Menschen ihren Patientenwillen festhalten und gerade für Rettungskräfte gut sichtbar machen werden. Wenn in einer Notfallsituation für alle Beteiligten klar ist, was der Patient jetzt möchte, führt das trotz der ausserordentlichen Situation zu einer Entlastung der Anwesenden, bringt Ruhe und kann ein würdevolles Sterben ermöglichen – im Sinne des Patienten.

INTERVIEW: MURIEL DÜBY

\* Die SAMW-Richtlinien zum Thema «Reanimationsentscheidungen» können hier heruntergeladen werden: <https://www.samw.ch/de/Publikationen/Richtlinien.html>



# Passendes Leben – passendes Sterben

*Die Analyse von 40 Interviews mit Menschen, die eine Freitodbegleitung in bestimmten Fällen erwägen, führte zu wichtigen Erkenntnissen.*

Die Selbstbestimmung im Leben und Sterben hat in der Schweiz einen hohen Stellenwert. Die moralische Legitimität des assistierten Suizids führt aber auch bei uns zu Debatten. Besonders der Altersfreitod löst immer wieder Kontroversen aus, die sich um Grundthemen der Freiheit, der Selbstbestimmung und der Moral drehen. Auch die Frage, wie und ob sich Menschen, die einen assistierten Suizid wählen, bei den zuständigen Stellen erklären müssen, bewegt die Gemüter. In der Gesetzgebung sind in dieser Hinsicht einzig zwei Bedingungen festgeschrieben: Die sterbewillige Person führt sich das Natrium-Pentobarbital selber zu und die Begleitpersonen dürfen keine eigennützigen Beweggründe haben. Weil das Sterbemittel jedoch nur auf Rezept erhältlich ist, spielen Ärztinnen und Ärzte eine wichtige Rolle im Begleitprozess, und deren Berufsethik ist strenger als die Gesetzgebung.

So fordert die eine Seite in der öffentlichen Diskussion weniger Zugangsbeschränkungen, während auf der anderen Seite Bedenken geäußert werden, dass ein gesellschaftlich-ökonomischer Druck entstehen könnte.

## Motive und Werte befragt

Welche Gründe führen dazu, dass Menschen am Lebensende einen assistierten Suizid wählen und wie frei sind sie in diesem Entschluss? Solchen Fragen ging die Studie «Wann genug ist, entscheide ich – Entscheidungsfindung und Entscheidungsfreiheit am Lebensende mit der Option Assistierter Suizid» von Dr. Eva Birkenstock von der Berner Fachhochschule auf den



Grund. Im Zentrum stand die Entscheidungsfreiheit im Sinne der relativen Freiheit. In vierzig narrativ geführten Interviews wurden die Motive und Werte von Personen befragt, die den assistierten Suizid im Fall einer bestimmten Krankheit, von Multimorbidität, Demenz oder auch von Lebensmüdigkeit als Möglichkeit erwägen. Gemeinsamkeiten, Abweichungen und Besonderheiten in ihren Aussagen sollten Anhaltspunkte für die Erforschung der Fragen geben, wie frei und damit moralisch legitim der Wunsch nach einem assistierten Suizid ist und inwieweit die Sorgen in Bezug auf sozialen Druck gerechtfertigt sind. Die Interviewten gaben Auskunft über positive und negative Erfahrungen mit Sterben und

Tod in ihrem Umfeld und über die Schlüsse, die sie daraus für sich selber ziehen. Dabei sprachen sie über ihre persönlichen Überzeugungen und Wertvorstellungen.

## Notausgang bei Leiden

Insbesondere stechen zwei Begründungen, die für ein selbstbestimmtes Lebensende sprechen, hervor. Einerseits sei der assistierte Suizid – für Menschen mit irreversiblen Willen zum Sterben – die bessere Wahl als ein einsamer, gewaltsamer Suizid. Andererseits gehe es bei dieser Option vor allem darum, einen Notausgang zu haben, falls das Leiden unerträglich werden sollte. Neben Schmerzen werden der Verlust des Selbstbewusstseins, der Selbstbestimmung und des Selbstseins

als unerträgliches Leiden benannt. Fast alle Studienteilnehmenden betonten, dass dies ihre persönlichen, nicht zu verallgemeinernden, Standpunkte seien.

Im Forschungsprojekt wird die Vermutung geäußert, dass u. a. eine auf Selbstbestimmung, Selbstverantwortung, Aktivität und Erfolg basierende und historisch gewachsene Werthaltung zur Ablehnung eines Lebens führt, in dem Abhängigkeiten akzeptiert werden müssen. Eine Mehrheit der Teilnehmenden empfindet dieses Wertebewusstsein nicht fremdbestimmt, sondern positiv als eigene, bejahende und gestaltende Haltung.

### Keine Anzeichen für Zweifel

In ihrem Fazit folgert Dr. Birkenstock: «Es wäre nicht kohärent, von einer Generation eine bedingungslose Annahme dessen, was das Schicksal bringt, was die Hochleis-

tungsmedizin ermöglicht und was Langzeitpflege leisten kann, zu erwarten, die ihr ganzes Leben zuvor Verantwortung für sich selbst übernommen hat und, wie vielleicht keine zuvor, individuelle Entscheidungen treffen konnte.»

Das stärkste Argument für eine liberale Auslegung in einem pragmatischen Sinn sei aber vielleicht, dass überhaupt die Möglichkeit besteht, über Suizidwünsche zu sprechen und den assistierten Suizid gegebenenfalls durchführen zu dürfen.

Als weitere Erkenntnis der Untersuchung hält sie fest: Anzeichen, die zu Zweifeln an der moralischen Legitimität des Wunsches nach der Möglichkeit einer Freitodbegleitung führen könnten, seien nicht gefunden worden. Aufgrund der Bandbreite der untersuchten Erfahrungen und Erwägungen kommt die Studie zum Schluss, dass eine

pluralistische Gesellschaft Spannungen zwischen dem Entscheid für den assistierten Suizid auf der einen Seite und der Hinnahme des Schicksals auf der anderen Seite aushalten muss: «Weder machen es sich die einen zu leicht und versäumen eine wesentliche Auseinandersetzung mit ihrer Endlichkeit, noch verlieren die anderen ihre Würde. In der gesamten differenzierten Feinstruktur der Argumente zeigt sich, dass zu einem passenden Leben offensichtlich auch ein passendes Sterben gehört.» MD

---

Die Studie «Wann genug ist, entscheide ich – Entscheidungsfindung und Entscheidungsfreiheit am Lebensende mit der Option Assistierter Suizid» kann hier heruntergeladen werden: <https://www.knoten-maschen.ch/wann-genug-ist-entscheide-ich/>

---

## Die Karte zur Selbstbestimmung

Mit der EXIT-Mitgliederkarte und der Botschaft «Dieser Ausweis beruhigt» wirbt der Non-Profit-Verein in der jüngsten Imagekampagne für seine Dienstleistungen. EXIT macht darauf aufmerksam, dass «Selbstbestimmt bis ans Lebensende» auch heisst, Eigenverantwortung wahrzunehmen.

Dieses Sujet ist Anfang September in Inseraten in wichtigen Tageszeitungen und einer Sonntagszeitung in der deutschen und italienischen Schweiz erschienen. Gleichzeitig ist es auch auf über 100 Plakaten an vielbesuchten Plätzen in Zürich, Bern und Basel zu sehen gewesen. JW



Dieser Ausweis beruhigt. EXIT hilft Ihnen bei der Durchsetzung Ihrer Patientenverfügung und Ihrer Selbstbestimmung am Lebensende. Werden Sie jetzt Mitglied. [www.exit.ch](http://www.exit.ch)





Jürg Schoop - Wasserbrunnenobjekt



Jürg Schoop - Wasserbrunnenobjekt

# Blick zurück und nach vorne

*Katharina Anderegg, Andreas Russi und Andreas Stahel wurden im Mai 2019 neu in den EXIT-Vorstand gewählt. Nach über der Hälfte ihrer ersten Amtszeit ziehen sie Bilanz und blicken in die Zukunft.*



**Katharina Anderegg,**  
Vorstandsmitglied  
Ressort Recht



**Andreas Russi,**  
Vorstandsmitglied  
Ressort Finanzen



**Andreas Stahel,**  
Vorstandsmitglied  
Freitodbegleitung

## **EXIT-«Info»:** Welche Bilanz ziehen Sie nach rund zwei Jahren EXIT-Vorstandstätigkeit?

*Katharina Anderegg:* Als ich das Amt neu übernahm, habe ich zwar von meiner Vorgängerin einige Informationen eingeholt, ich konnte mir aber nur schlecht vorstellen, was meine neue Aufgabe alles umfasst. Ich mische mich dabei so wenig wie möglich in die operative Arbeit ein, da ich der Meinung bin, dass z.B. im Bereich von Erbschaften sehr viel mehr durch die engagierten Mitarbeitenden der Geschäftsstelle erledigt werden kann, als dies bisher der Fall war. Ein grosses Anliegen ist es, die mir vorgelegten Fragen zeitnah zu beantworten (was nicht immer ganz gelingt) und die nötige Hilfestellung so präzise wie möglich zu bieten.

*Andreas Russi:* Meine Bilanz ist durchwegs positiv. Ich fühle mich wohl in der konstruktiven und lösungsorientierten Zusammenarbeit, welche mir der Vorstand, die

Geschäftsleitung und die Mitarbeitenden entgegenbringen.

Den Austausch und die Debattenkultur, die wir innerhalb von EXIT pflegen, schätze ich sehr, da diese meinem Naturell entsprechen. Die Kontakte mit unseren Mitgliedern und Kommissionen sind durchwegs erbauend und ergänzen regelmässig meine persönliche Reflektion über meine Tätigkeit als Vorstandsmitglied. Kurzum: Mein Engagement bei und für EXIT erfüllt mich mit grosser persönlicher Befriedigung.

*Andreas Stahel:* Die Vorstandsarbeit ist anspruchsvoll, vielseitig sowie herausfordernd und kommt ressortbezogen meinen Fähigkeiten entgegen. Die Zusammenarbeit und Kommunikation im ganzen Team sowie im Vorstand ist konstruktiv, unkompliziert, offen, ehrlich und von gegenseitigem Respekt geprägt. Dabei durfte ich viele gut qualifizierte und sehr motivierte Mitarbeitende kennenlernen. Aus diesen Gründen ziehe ich eine erfreulich positive Bilanz, habe bisher mein

Engagement für EXIT noch nie bereut und freue mich auf die kommenden, vielfältigen Herausforderungen.

## **Ist die Tätigkeit als EXIT-Vorstandsmitglied so, wie Sie sich diese vorgestellt haben oder gab es Überraschungen?**

*Katharina Anderegg:* Meine Tätigkeit ist enorm spannend, da ich mich mit rechtlichen Fragen beschäftigen muss, die mir vorher völlig fremd waren und in die ich mich nun laufend neu einarbeite. Dies ist eine grosse Bereicherung. Meine hauptberufliche Tätigkeit als Notarin kommt mir immer wieder zugute. Ich bin es mir gewohnt, Menschen zuzuhören, ihre Anliegen aufzugreifen und danach eine möglichst ausgewogene Lösung vorzuschlagen, ohne mich emotional allzu sehr zu engagieren. Sehr erfreut bin ich über die überaus effiziente und konstruktive Zusammenarbeit im Vorstand.

*Andreas Russi:* Die Tätigkeit entspricht im Wesentlichen meinen Vorstellungen. Ich sage dies so, weil es vor Antritt einer solchen Aufgabe ja kaum möglich ist, sich alles vorstellen zu können. Meine bisherige berufliche und persönliche Erfahrung zeigt mir, dass für ein solches Mandat eine offene Denkweise von Vorteil ist. Dazu gehört meine Neugier für Themen, die ich bisher vielleicht nicht oder nicht so ausgeprägt hatte. Überraschungen? Nicht wirklich.

Beeindruckt bin ich jedoch vom Spektrum der Themen, die unseren Verein umgeben und von einer anspruchsvollen werdenden Dynamik, die ich im Zusammenhang mit dem stetigen Wachstum von EXIT und der Nachfrage nach unseren Dienstleistungen erkenne.

*Andreas Stahel:* Ich werde viel häufiger ins operative Geschehen miteinbezogen, als ich es mir vorgestellt habe. Das breit gefächerte Beratungs- und Unterstützungsangebot von EXIT gestaltet sich wesentlich zeitintensiver, vielseitiger und anspruchsvoller als gedacht. Mein medizinischer Input ist häufig unmittelbar gefragt, verlangt eine rasche Auffassungsgabe und um-

fasst umfangreiche Beurteilungskompetenzen. Die Führungsaufgaben erfordern Einsatzbereitschaft, Augenmass, Fingerspitzengefühl und klare, unmissverständliche Entscheide. Dementsprechend überzieht die zeitliche Beanspruchung den vorgegebenen Rahmen eindeutig.

**Was war die bisher grösste Herausforderung in Ihrem Ressort und welche Themen stehen als Nächstes an?**

*Katharina Anderegg:* Anspruchsvoll war die Totalrevision der Statuten, die erste, seit der Verein gegründet wurde, sowie die Einführung von schriftlichen Arbeitsverträgen für die Begleitpersonen. Da in den letzten zwei Jahren die meisten wichtigen Punkte in meinem Ressort neu geregelt werden konnten, kann ich mich in nächster Zukunft auf das Tagesgeschäft konzentrieren, welches ebenfalls anspruchsvoll und abwechslungsreich ist und mich zum Teil aus meiner Komfortzone herausholt.

*Andreas Russi:* Ehrlich gesagt ist einiges für mich herausfordernd! Hohe Priorität hat das Projekt

«flexIT», wo es um die Digitalisierung unserer Administration und deren Ausrichtung auf die zukünftigen Bedürfnisse einer zeitgemässen und effizienten Verwaltung geht. Meines Wissens das bisher grösste Projekt von EXIT und verbunden mit einem für unsere Verhältnisse hohen Investitionsvolumen.

Ich bin froh, dass die Projektleitung bei unserer Geschäftsstelle in guten Händen ist und wir starke Geschäftspartner beauftragt haben. Die Weiterentwicklung der Rechnungslegung und die Überprüfung der Reservestrategie sind Themen, die bei mir nächstens in der Agenda stehen. Ich werde mich sicher nicht langweilen.

*Andreas Stahel:* Die grösste Herausforderung ist bisher die vorsichtige, durchdachte und situationsangepasste Reorganisation des Ressorts Freitodbegleitung aufgrund der zunehmenden Arbeitsbelastung wegen rasant steigenden Mitgliederzahlen. Dies muss unter Berücksichtigung und Bewahrung der bisher vorhandenen, gut funktionierenden Strukturen und ohne Know-How-Verlust realisiert werden. Da die Komplexität der Abklärungen im Bereich Freitodbegleitungen vor allem bei geriatrischen und

psychologisch-psychiatrischen Fragestellungen laufend zunimmt, ist eine der wichtigsten zukünftigen Aufgaben die Organisation und Rekrutierung von freiberuflich tätigen Konsiliarärzten und dabei speziell von Psychiatern oder Psychologen. Es herrscht ein Mangel an solchen Spezialisten, welche neben ihrer regulären Praxistätigkeit bereit sein müssen, ihre Fachkompetenz und Arbeitskraft EXIT und seinen Mitgliedern zur Verfügung zu stellen.

**INTERVIEW:  
MURIEL DÜBY**



Jürg Schoop

# Assemblea generale 2021

*L'assemblea generale ha avuto luogo il 14 settembre 2021 e si è tenuta a distanza.*

Complessivamente 8756 membri hanno provveduto a compilare e a rispeditare la scheda di votazione entro la data utile del 9 settembre 2021. Delle 8756 schede rientrate, 8259 erano valide o parzialmente valide.

## Ampio consenso per gli statuti revisionati

Con una grande maggioranza (7959 sì, 55 no, 242 astensioni e 3 schede nulle) sono stati approvati i nuovi statuti che entreranno in vigore l'1.1.2022. Nella revisione degli statuti, durata due anni, sono stati coinvolti anche gli associati tramite consultazione interna. Particolare attenzione l'ha ottenuta la proposta fatta da parte del comitato di accettare come membri unicamente le persone residenti in Svizzera. Di conseguenza, qualora un associato avesse trasferito il suo domicilio all'estero, egli sarebbe stato automaticamente estromesso perdendo pertanto la possibilità di poter usufruire del suicidio assistito. Il comitato aveva motivato la proposta con l'importante onere generato dai chiarimenti relativi alla fattibilità del suicidio assistito. In particolare, risulta a volte molto problematico valutare correttamente i certificati medici provenienti dall'estero.

All'incirca i due terzi delle molteplici risposte alla consultazione interna relativa alla revisione degli statuti contenevano esplicite critiche alla proposta del comitato, il quale, preso atto delle opposizioni provenienti dalla base, ha deciso di mantenere l'attuale regolamentazione che cita: «EXIT accetta, in qualità di membro, le persone capaci di intendere e di volere che abbiano compiuto i 18 anni di età e abbiano cittadinanza svizzera o, se stranieri, siano residenti in Svizzera.» Nel 2020 EXIT ha accompagnato al suicidio assistito 10 persone con residenza all'estero, ciò corrisponde all'incirca all'1 per cento dei 913 accompagnamenti complessivi.

Da parte degli associati erano state inoltrate 11 mozioni riguardanti proposte di modifica degli statuti. Tutte queste mozioni sono state rifiutate dall'assemblea.

## Mozioni da parte dei soci

La mozione che chiedeva la pubblicazione integrale in forma stampata di «Leiden am Alter» (saggio del pastore Werner Kriesi, ex presidente di EXIT e responsabile dell'assistenza al suicidio) non ha ottenuto il consenso dei votanti ed è stata rifiutata. Il comitato aveva proposto il rifiuto della mozione in considera-

zione del fatto che il testo può venire letto e/o stampato direttamente dal sito web di EXIT.

Un'altra mozione chiedeva di dichiarare nulle tutte le elezioni e tutte le votazioni, ma anche questa è stata rifiutata. La mozione riteneva che non fosse garantita la segretezza del voto visto che i dati del votante figuravano sulla scheda di votazione. Il comitato aveva proposto il rifiuto della mozione motivando con il fatto che, anche nell'ambito delle votazioni in presenza, la discrezionalità non è data.

## Christa Stamm-Pfister nuovo membro della commissione di controllo

Christa Stamm-Pfister è stata eletta quale nuovo membro della commissione di controllo. Farà parte della commissione fino alla scadenza dell'attuale mandato, mandato che terminerà con l'assemblea generale del 2023.

La Signora Stamm-Pfister, che subentra alla dimissionaria Elisabeth Zillig, è un avvocato 44enne ed è a capo del dipartimento dell'ufficio della protezione dei dati del Canton Zurigo.

L'avvocata sostiene l'importanza dell'autodeterminazione, della dignità e del rispetto e si impegnerà concretamente per tutelare questi valori. Nuovo presidente della commissione è il Dr. Patrick Middendorf, membro della commissione di controllo da 10 anni. Terzo membro è il signor Hugo Stamm.

## Ulteriori punti di competenza dell'assemblea generale

Tutti gli ulteriori punti di competenza dell'assemblea generale sono stati approvati.

**L'assemblea generale 2022 avrà luogo sabato 21 maggio 2022 alle ore 13.30, presso il «Volkshaus» di Zurigo come pure con partecipazione scritta.**



# «The End – My Friend?»

## Ausstellung und Buch

*Nicht nur ältere, sondern auch jüngere Menschen sollen sich Gedanken über Palliative Care, das Sterben und den Tod machen: Dieses Ziel verfolgt die Ausstellung «The End – My Friend? Umsorgt in den Tod» im Friedhof Forum der Stadt Zürich. palliacura fördert das gleichnamige Buch, das Themen der Ausstellung aufgreift und vertieft.*

Wie sterben wir gut? Mit dieser Frage und möglichen Antworten befassen sich die Ausstellung und das Buch «The End – My Friend? Umsorgt in den Tod». Die Anspielung auf einen Song der US-Kultrockband The Doors ist nicht zufällig. Angesprochen werden mit dem mehrmonatigen Projekt im Friedhof Forum Zürich all jene und vor allem auch jüngere Menschen, die sich noch nicht oder kaum mit dem Ende ihres Lebens auseinandergesetzt haben. Was geschieht, wenn jemand im Sterben liegt? Wie gestalten sich die letzten Stunden für die Sterbenden und ihre Angehörigen? Ist es so, wie der Rocksänger Jim Morrison gesagt haben soll, dass das Leben mit Schmerz verbunden sei und der Tod uns davon erlöst?

### Geschichten vom Sterben

Zwölf Schweizer Autorinnen, unter ihnen bekannte Schriftstellerinnen wie Sibylle Berg, Milena Moser oder Ruth Schweikert, befassen sich in kurzen Texten mit dem Sterben und dem Tod. Im Buch nehmen diese Berichte gut die Hälfte der über 130 Seiten ein, in der Ausstellung sind sie an Hörstationen oder als Clip online abrufbar. Es sind formal und inhaltlich aussergewöhnliche und teilweise auch sehr persönliche und berührende Geschichten rund um die letzte Zeit im Menschenleben. Hinzu kommen neun, von der Journalistin Sabine Arnold sorgfältig recherchierte Texte, in denen schwer kranke Menschen, deren Angehörige, aber auch Fachpersonen aus der Palliative Care zu Worte kommen. Vorgestellt wird dabei auch die täg-

liche Arbeit der an der Ausstellung massgeblich beteiligten, gemeinnützigen Zürcher Stiftung Palliativa, die als Ergänzung zu den regionalen Spitex-Diensten spezialisierte palliative Pflege für schwerkranke oder unheilbare Menschen anbietet, die zuhause sterben möchten.

### Künstlerische Auseinandersetzung

Wichtiger Bestandteil von Ausstellung und Buch sind aber auch künstlerische und ethische Auseinandersetzungen mit den angesprochenen Themen, unter anderem im Vorwort der Philosophin Susanne Schmetkamp. Die Grafikerin Selina Fässler gestaltete sechs Informationskarten, die auf der Rückseite Antworten zu grundsätzlichen Fragen geben. Die Zürcher Professorin Bitten Stetter geht davon aus, dass ein besonders angenehmes Wohlbefinden das Leiden Betroffener lindern kann. Sie designt deshalb auf geschmackvolle Weise verschiedene Produkte fürs Lebensende: Farbige, modisch klassisch geschnittene Krankenhemden beispielsweise, mit denen sie die Würde der Totkranken erhalten will, aber auch funktionale Gebrauchsgegenstände wie etwa ein praktischer Handyhalter, der am Bügel des Krankenbetts befestigt werden kann. Zudem sind ansprechende Bilder der Fotografin Paula Caputo zum Thema Hände zu sehen. Die Anfang September 2021 mit einer Vernissage eröffnete Ausstellung dauert insgesamt zehn Monate (siehe oben rechts).

PETER KAUFMANN

### AUSSTELLUNG

bis 14. Juli 2022

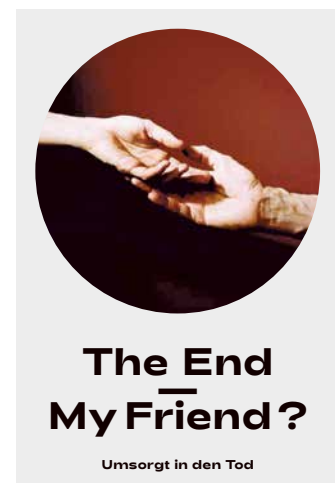
### «The End – My Friend? Umsorgt in den Tod»

Friedhof Forum  
Aemtlerstrasse 149  
8003 Zürich

### BUCH

### «The End – My Friend? Umsorgt in den Tod»

Herausgeber: Reto Bühler und Katja Wolf



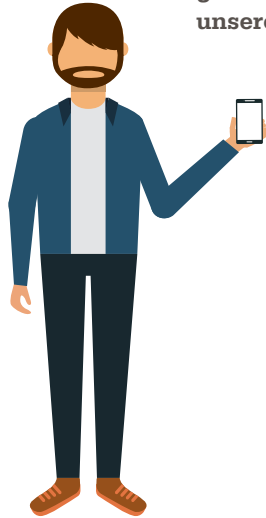
Mit literarischen Beiträgen von Sibylle Berg, Samira el-Maawi, Romana Ganzoni, Seraina Kobler, Milena Moser, Fatima Moumouni, Susanne Schmetkamp, Ruth Schweikert, Michelle Steinbeck, Anna Stern, Ivna Žic und Mireille Zindel.

Künstlerische Beiträge von Bitten Stetter, Selina Fässler und Paola Caputo.

ISBN 978-3-9524142-4-8  
ca. CHF 10.–

# Ein erster Einblick

Mit diesem Artikel und den Protagonisten Daisy Digital, Miriam Mix und Anton Analog möchten wir Ihnen einen Einblick in unser wichtiges Digitalisierungsprojekt «flexIT» (Namenskombination **flexibel** und **EXIT**) geben und bereits einige Neuerungen enthüllen, welche für unsere Mitglieder wie auch unsere Mitarbeitenden Vorteile bringen sollen.



## Weshalb macht EXIT dieses Digitalisierungsprojekt?

EXIT ist in den letzten Jahren stark gewachsen und möchte nun seine Prozesse und die Infrastruktur so ausbauen und modernisieren, dass diese dem weiterhin erwarteten Wachstum standhalten können.

## Welche Ziele wurden gesetzt?

Neben dem Datenschutz, der Datensicherheit, der Skalierbarkeit und dem Umweltschutz stehen vor allem die Mitglieder und die Mitarbeitenden von EXIT im Vordergrund. Den Mitgliedern

soll der Austausch mit EXIT möglichst einfach gemacht werden. Dabei soll optimal auf die individuellen Bedürfnisse der Mitglieder eingegangen werden. So wird es dem Mitglied möglich sein, einen Grossteil seiner Mitgliedschaft über das ausgebaute Mitgliederportal zu organisieren. Die bei den Mitarbeitenden dadurch freiwerdenden Ressourcen können für die individuelle Beratung und Unterstützung der Mitglieder verwendet werden. RC

➔ **Die Umsetzung aller beschriebenen Neuerungen ist für den Herbst 2022 geplant.**

## DIGITAL



Daisy

- Daisy meldet sich online über unser Mitgliederportal als Mitglied an.
- Sie bezahlt den ersten Mitgliederbeitrag per Kreditkarte.
- Danach erstellt Daisy online ihre Patientenverfügung.
- Daisy wünscht keine Kontrolle ihrer Patientenverfügung und signiert diese mit ihrer qualifizierten elektronischen Signatur der Swisscom.
- Ihre Patientenverfügung wird automatisch bei EXIT hinterlegt und ist über das Mitgliederportal weltweit abrufbar.
- Wenige Tage später erhält Daisy per Post ihren EXIT-Mitgliederausweis.
- ➔ **Daisy konnte alle diese Schritte selbstständig und während eines Abends erledigen.**

## MIX



Miriam

- Miriam möchte sich über EXIT informieren und bestellt per Post eine Informationsbroschüre.
- Zusammen mit der Broschüre erhält sie einen QR-Code für die Onlineanmeldung.
- Über diesen QR-Code sind ihre bereits erfassten Adressdaten während 60 Tagen gespeichert und Miriam muss die Anmeldung nur noch vervollständigen.
- In der Anmeldung hat sich Miriam für den Rechnungsversand per E-Mail entschieden.
- Bereits vor der Zahlung kann Miriam online ihre Patientenverfügung vorbereiten.
- Während der Erstellung der Patientenverfügung hat Miriam eine Frage, welche sie per Nachrichtenfunktion direkt im Mitgliederportal an unsere Mitarbeitenden stellt.
- Am nächsten Tag hat Miriam bereits eine Rückmeldung erhalten und kann die Patientenverfügung fertig ausfüllen.
- Mit dem Abschliessen der Patientenverfügung muss Miriam noch warten, bis sie den **ersten** Mitgliederbeitrag bezahlt hat.
- Nach dem Zahlungseingang kann Miriam ihre Patientenverfügung abschliessen. Sie entscheidet sich dafür, dass die Patientenverfügung noch von EXIT überprüft werden soll. Die Patientenverfügung wird direkt über das Portal online an die zuständigen Mitarbeitenden zur Kontrolle gesendet.
- Ein paar Tage später erhält Miriam ein E-Mail, dass die Kontrolle abgeschlossen ist und sie das Resultat im Mitgliederportal abrufen kann.
- Nach Sichtung des Feedbacks und kleineren Anpassungen an der Patientenverfügung möchte Miriam diese nun definitiv abschliessen. Da sie dies nicht digital machen will, schickt EXIT Miriam kostenlos zwei Exemplare der Patientenverfügung per Post zu. Miriam kann nun ein unterzeichnetes Exemplar als Original zuhause aufbewahren und ein weiteres unterzeichnetes Exemplar zur Online-Hinterlegung im Mitgliederportal per Post an EXIT senden.
- Innert wenigen Tagen hinterlegt EXIT die eingesandte Patientenverfügung online.



## ANALOG



Anton

- Anton hat von seinem Nachbarn von EXIT gehört und eine Beitrittskarte erhalten.
- Er sendet diese per Post an EXIT. In der Beitrittserklärung gibt er an, dass er die Patientenverfügung analog ausfüllen möchte.
- Wenige Tage später erhält Anton per Post die Mitgliedschaftsrechnung, die Mitgliederkarte und seine auszufüllende Patientenverfügung inklusive einer dazugehörigen Wegleitung.
- Anton füllt die Patientenverfügung handschriftlich aus, unterzeichnet diese und schickt sie zurück an EXIT.
- EXIT prüft die Patientenverfügung und gibt Anton ein schriftliches Feedback. Wenn aus Sicht von EXIT alles in Ordnung ist oder Anton keine Anpassungen mehr vornehmen möchte, wird die Patientenverfügung im Mitgliederportal hinterlegt und das Original wird an Anton retourniert.



### Mitgliederportal

Das Mitgliederportal wird zwei Bereiche ausweisen.

1 Im ersten Bereich ist nur die aktive Patientenverfügung ersichtlich. Dieser Bereich kann über die Logindaten auf dem Mitgliederausweis erreicht werden und ist für Fachpersonen und Angehörige gedacht.

2 Der zweite Bereich, in welchem die persönlichen Angaben und Dokumente (z. B. die Patientenverfügungen) verwaltet werden können, ist nur über ein vom Mitglied festgelegtes, individuelles Passwort erreichbar.



### Mitgliedschaft bezahlen

Mit der Digitalisierung werden den Mitgliedern mehrere Optionen für das Bezahlen des Mitgliederbeitrages geboten:

- Rechnung per E-Mail
- Rechnung per Post
- eBill ([www.ebill.ch](http://www.ebill.ch))

Im Mitgliederportal wird die Rechnung den Mitgliedern inklusive Zahlungsstatus immer angezeigt.

Die erste Mitgliedschaft kann auch per Kreditkarte bezahlt werden.



### Qualifizierte elektronische Signatur für die Patientenverfügung

Momentan ist bezüglich der qualifizierten elektronischen Signatur, mit welcher Dokumente online unterzeichnet werden können, eine Zusammenarbeit mit der Swisscom geplant.

Um eine kostenlose qualifizierte elektronische Signatur zu erhalten, muss das Mitglied sich einmalig in einem Swisscom-Shop verifizieren lassen. Möglicherweise gibt es bis zum Projektende noch weitere Möglichkeiten, die Patientenverfügung online zu signieren.

Bitte nehmen Sie sich kurz Zeit, um an der **Umfrage zum Thema Digitalisierung** teilzunehmen.



[www.findmind.ch/c/flexIT](http://www.findmind.ch/c/flexIT)

Haben Sie Ihre aktuelle E-Mail-Adresse bei uns hinterlegt? Falls nein, können Sie diese hier erfassen oder anpassen.



<https://portal.exit.ch>

Im nächsten «Info» wird gezeigt, wie die Geschichte von Daisy, Miriam und Anton in den nächsten Jahren ihrer EXIT-Mitgliedschaft weitergeht.

## Neue EXIT-Statuten angenommen

**Wer ins Ausland auswandert, kann weiterhin Mitglied bei EXIT bleiben. Ein entgegengesetzter Änderungsvorschlag der Statuten wurde bereits vor der Abstimmung an der diesjährigen Generalversammlung fallen gelassen.**

SRF

Von den über 140 000 Mitgliedern gingen 8259 Stimmbogen ein, wie EXIT nach der Versammlung am Dienstag mitteilte.

Den neuen Statuten ging ein zwei Jahre dauerndes Verfahren voraus. In der Statutenrevision hatte der Vorstand zunächst vorgeschlagen, dass nur noch Menschen mit Wohnsitz in der Schweiz Mitglieder sein und damit die Dienste von EXIT in

Anspruch nehmen können. Grund für den Antrag war der grosse Aufwand für Freitodbegleitungen von im Ausland lebenden Menschen. Darunter fallen gemäss EXIT etwa die oft komplizierte Anreise, Abklärungen vor Ort oder Arztzeugnisse aus dem Ausland. Schon in der Vernehmlassung äusserten sich zwei Drittel der Antwortenden ablehnend zu dieser Änderung.

Aufgrund des negativen Echos liess der Vorstand seinen Vorschlag fallen und behielt die Vorausset-

zungen für eine Mitgliedschaft unverändert bei.

Gemäss den Statuten können Menschen ab 18 Jahren mit Schweizer Bürgerrecht sowie Ausländerinnen und Ausländer mit Wohnsitz in der Schweiz EXIT beitreten. 2020 begleitete die Organisation zehn Mitglieder aus dem Ausland in den Freitod. Nach eigenen Angaben sind das ein Prozent der insgesamt 913 Freitodbegleitungen im vergangenen Jahr.

14.09.

## Wie erlebt das Umfeld assistierte Suizide?

In zwei Studien zum Thema Sterbehilfe wurde untersucht, was den Beteiligten schwerfällt und was sie schätzen.

higgs

Die Zahl der assistierten Suizide nimmt in der Schweiz zu. (...) In der Debatte darum geht es oft hauptsächlich um die Aspekte, welche die Urteilsfähigkeit der sterbewilligen Person (...) betreffen. Weniger Aufmerksamkeit bekommen die Menschen, die am geplanten Ableben beteiligt sind: Angehörige, Pflegepersonal, Sozialarbeiterinnen, Apotheker, Begleitende von Sterbehilfevereinen, Polizistinnen, Gerichtsmediziner, Staatsanwältinnen, Bestatter usw. Neuere Forschungen beleuchten deren Rolle und zeigen, wie sie diese Situation erleben.

Hauptbetroffen ist hier die Familie, die entsprechend hohe Erwartungen hat. «Jeder assistierte Suizid muss legitim und legal sein. Für die Legitimation braucht es die Unterstützung durch das Umfeld», erklärt Murielle Pott, Professorin an der Fachhochschule für Gesundheit des Kantons Waadt. «Den Angehörigen kommt eine ganz besondere Rolle zu», erklärt die Fachärztin für Palliativmedizin und Sterbefor-

schung. «Sie müssen der betroffenen Person helfen zu leben, damit sie sterben kann.» Denn: Aktive Sterbehilfe ist in der Schweiz verboten. Für einen assistierten Suizid muss die Person urteilsfähig und selber in der Lage sein, die tödliche Substanz einzunehmen. Für eines ihrer Forschungsprojekte führte Murielle Pott Gespräche mit 29 Angehörigen von Menschen, die Sterbehilfe beanspruchten. Sie ist zum Schluss gekommen, dass der Prozess «immer sehr schmerzhaft ist», dass aber alles versucht wird, damit diese letzte Lebensetappe friedlich verläuft. Angehörige, die gegen die Idee des assistierten Suizids sind, werden von den Sterbewilligen gemieden. «Eine Ehefrau erzählte mir, dass ihr Mann sich die Menschen, mit denen er in den letzten Tagen seines Lebens Zeit verbrachte, sehr bewusst aussuchte. Die «Mühsamen» hielt er auf Abstand.»

(...) In manchen Kantonen wie Waadt, Genf und Neuenburg können Menschen, die in Alters- und Pflegeheimen oder in medizinischen Einrichtungen leben, unter bestimmten Voraussetzungen grundsätzlich

Sterbehilfe in Anspruch nehmen. Dies sind in der Schweiz aber die Ausnahmen: In den meisten Kantonen können die Einrichtungen selber entscheiden, ob sie assistierten Suiziden zustimmen. «Wir sind in zeitlichen Abläufen gefangen, und der Rhythmus des Krankenhauses ist schlecht vereinbar mit der Dringlichkeit eines assistierten Suizids.» Diesen Eindruck äusserte eine Oberärztin in einer Palliativstation eines Regionalspitals, als sie für eine grosse Studie über Sterbehilfe in der Schweiz befragt wurde. Diese wurde zwischen September 2017 und November 2020 in der Westschweiz und der Region Basel durchgeführt und beschreibt erstmals das gesamte System mit allen involvierten Akteuren vor und nach dem Tod. Dazu wurden Gespräche geführt und die Beteiligten bei ihrer Tätigkeit begleitet. «Unter anderem befürchtet das Pflegepersonal, dass solche Fälle, die sehr viel Energie absorbieren, auf Kosten der übrigen Patientinnen und Patienten gehen», resümiert Marc-Antoine Berthod, Anthropologe und Professor an der Fachhochschule für Soziale Arbeit und Gesundheit in Lausanne und Mitautor der Studie. (...) Trotz dieser Vorbehalte wird das Schweizer Modell der Sterbehilfe als Ganzes von allen Akteurinnen und Akteuren akzeptiert, so das Fazit der Studie von Marc-Antoine Berthod und Mitverfassenden. (...) **16.08.**

## Österreich: Sorge um neues Gesetz

Nach der Aufhebung des bisherigen Suizidhilfe-Verbots durch das Verfassungsgericht ringt das Land um eine gesetzliche Regelung.

KURIER

«Die Gespräche laufen», «Ziel ist die rasche Einigung auf einen Gesetzesentwurf» und «wir wollen den Verhandlungen nicht vorgreifen» – so lauten die Antworten aus dem Büro von Verfassungsministerin Karoline Edtstadler (ÖVP) auf die

Frage, wann denn nun mit einem Gesetzesentwurf zur Sterbehilfe zu rechnen ist. Dabei hatte die Ministerin im April angekündigt, eine neue rechtliche Basis bis zum Sommer schaffen zu wollen.

Nachdem es in der Causa im wörtlichen Sinne um Leben und Tod geht, haben auch Mitglieder der Opposition zum Start der Debatte

im Winter 2020 davor gewarnt, das Gesetz in einer «Hauruck-Aktion» durchbringen zu wollen. Nun, einhalb Jahre später, ist die Sorge eine andere und die Nervosität bei allen an der Debatte Beteiligten merklich gestiegen. Denn die Zeit drängt: Ab 1. Jänner 2022 ist aufgrund des Verfassungsgerichtshof-Urteils die Hilfe zum Suizid erlaubt.

Verboten bleibt das Töten auf Verlangen. Damit aber die Sterbehilfe nicht ungeordnet in Kraft tritt, braucht es eine strafrechtliche Regelung und auch im Berufsrecht der Ärzte und Pflegekräfte sowie bei der Arzneimittelzulassung müssten Änderungen vorgenommen werden. Inklusiv einer sechswöchigen Begutachtungsfrist und der Zeit zum Einarbeiten von Änderungen im Gesetzestext könnte das bis Jahresende recht knapp werden. Was aber bremst die Sache abseits dessen, dass die Frage, wie die Unterstützung beim Suizid in der Praxis aussehen darf, prinzipiell heikel ist?

Für das Thema zuständig ist das grüne Justizministerium, daneben auch das Verfassungsministerium und das Gesundheitsministerium. Die Grünen haben in der Causa aber noch keine klare Position erkennen lassen, wiesen nur darauf hin, dass das Thema «sensibel» sei und man «umfassend prüft».

Im Hintergrund dürfte es aber parteiinterne Schwierigkeiten geben, eine gemeinsame Linie zu finden. Dem Vernehmen nach treffen bei den Grünen in Sachen Sterbehilfe zwei Gruppen aufeinander: eine jüngere, liberalere, die für weniger strenge Bedingungen eintritt, und

eine zweite Gruppe, die aus einem der Kirche stärker zugewandten Umfeld kommt, und für die lockere Regelungen schwieriger mitzutragen sind. (...) Abstimmungsbedarf gibt es aber nicht nur intern, sondern auch mit dem Koalitionspartner. Die ÖVP ist grundsätzlich gegen Sterbehilfe. Wird diese nun aber erlaubt, fordern die Türkisen möglichst strenge Bedingungen. Ausserdem möchte die ÖVP einer Forderung der katholischen Bischofskonferenz nachkommen und das ohnehin weiter bestehende Verbot der aktiven Sterbehilfe in den Verfassungsrang heben. **14.09.**

## Sterbebegleitung auf dem Land nimmt zu

**Die meisten Freitodbegleitungen finden in den städtischen Zentren statt. Vermehrt wählen jedoch auch Menschen aus ländlichen Gebieten diesen Weg.**

### Basler Zeitung

Der Anteil von Sterbebegleitungen habe in ländlichen Gebieten in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen, sagt EXIT-Vizepräsident Jürg Wiler. Zwar greifen nach wie

vor am meisten Patientinnen und Patienten im Kanton Zürich auf die Hilfe von EXIT zurück – 319 im vergangenen Jahr. Aber die ländlichen Kantone holen auf, so verzeichnete etwa Basel-Landschaft 44 assistierte Suizide, Thurgau 37 und Graubünden 18. (...) Dass die Sterbehilfe

inzwischen weit über die urbanen Zentren hinaus gefragt ist, widerspiegelt sich auch in der Statistik: Die Anzahl der assistierten Suizide hat sich in der Schweiz seit 2010 verdreifacht. Mit EXIT verabschiedeten sich im vergangenen Jahr 913 Schweizerinnen und Schweizer aus dem Leben. Damit dürften im laufenden Jahr erstmals über 1000 Personen in der Schweiz den Freitod wählen. Denn obwohl EXIT während des Corona-Jahrs 2020 zwei Monaten lang fast keine Sterbebegleitungen durchführte, steigerte sich deren Anzahl gegenüber dem Vorjahr um 58. **08.07.**

## Italien: Referendum für Sterbehilfe

**Die notwendigen Unterschriften für ein Referendum zur Legalisierung der aktiven Sterbehilfe sind erreicht, nun soll darüber abgestimmt werden.**

### Nau.ch

In Italien hat eine Petition zur Legalisierung von Sterbehilfe genug Unterschriften für das Abhalten eines Volksentscheids erhalten.

Mit 750 000 gesammelten Unterschriften wurden die für ein Referendum nötigen 500 000 deutlich überschritten, wie die Organisatoren am Mittwoch mitteilten. Sie fordern eine Abstimmung über das bisherige Verbot von Sterbehilfe.

In Italien droht für Beihilfe zum Suizid bislang eine Gefängnisstrafe von fünf bis zwölf Jahren. 2019 führte das Verfassungsgericht eine

Ausnahme für unheilbar kranke Patienten ein, die «durch Behandlungen am Leben gehalten werden», unter den Folgen ihrer Krankheit seelisch und körperlich «unerträglich» leiden und noch selbst «frei und bewusst» Entscheidungen treffen können. Alle anderen Menschen haben keinen Zugang zur Sterbehilfe.

Die Initiatoren des Referendums wollen aktive Sterbehilfe für alle Patienten ermöglichen, die «Hilfe von anderen benötigen, um ihre eigenen Leiden zu beenden». Eine Abstimmung könnte frühestens kommendes Jahr stattfinden. **25.08.**



*Was nützt solche Einsicht jenen Millionen von Menschen, die durch Seuchen, Hunger, Kriege auf die Nicht-Beendigung ihres Lebens keinen Einfluss nehmen konnten? Oder muss man Sie zynisch zitieren: «... sein Leben Gott zurückgibt»?*

Zum Schluss eine Bemerkung zum Zölibat, für dessen Abschaffung Sie gekämpft haben.

Die Einhaltung des Zölibats ist freiwillig. Wenn jemand seine Triebe, die ja dem Erhalt der Menschheit dienen, unterdrückt, tut er oder sie dies aus freiem Willen. Warum denn Energien zur Abschaffung des Zölibats verschwenden?

**Heinz Bosshard, Winterthur**

**Zum Bildthema im «Info» 3.21:**

Mich haben die Kreationen von Brigitte Landolt begeistert und fasziniert. In ihrer Einfachheit kommen sie mit der richtigen Schärfe und manchmal sogar mit einer Prise Humor daher. Erfrischende Abwechslung zu den Naturbildern. Danke.

**Sandra Schärer**

**Zum Beitrag «Hauptthema: «Assistierter Suizid im hohen Alter» («Info» 3.21):**

Im kürzlich erschienenen Bulletin schreibt der Präsident der Ethikkommission, Prof. Peter Schaber: «Das hohe Alter ist dabei für sich betrachtet kein eigenständiges Kriterium für die Zulässigkeit der Sterbebegleitung. Dies deshalb nicht, weil hochbetagt für sich keinen Grund darstellt, jemanden beim Suizid zu unterstützen».

Warum nicht? Herr Schaber bleibt uns diese Begründung schuldig.

Was bedeutet der Antrag des Komitees «Altersfreitod» zu Händen der GV 2019? Der erste Abschnitt dort lautet: «Der Altersfreitod stellt eine besondere Kategorie der Sterbebegleitung dar. EXIT versteht unter einem «Altersfreitod» den assistierten Suizid eines betagten Menschen, der nicht an einer tödlichen Krankheit leidet, aber wegen der Summe seiner Beschwerden und Leiden seine Lebensqualität als beeinträchtigt empfindet». Besteht da nicht ein krasser Widerspruch zur Aussage der Ethikkommission? Dieser Artikel schafft für unsere vielen betagten Mitglieder eine Verwirrung sondergleichen, die ohnehin schon gross genug ist. Ich habe viele

hundert Gespräche mit Betagten geführt und weiss deshalb Bescheid.

Zudem: Das ständig hochgepreisene Selbstbestimmungsrecht endet gemäss Ethikkommission dort, wo der Sterbehelfer den Sterbewillen eines Menschen nicht nachvollziehen kann. Ungefähr in einem Jahr werde ich 90 Jahre alt, sofern ich das erlebe. Eine Sterbehelferin, angenommen um die vierzig Jahre alt, ist fünfzig Jahre jünger als ich. Von dieser verlange ich nicht, dass sie sich einfühlen kann in das Leben eines hochaltrigen Menschen. Der Sterbehelfer hat den Sterbewunsch zu respektieren, sofern die gesetzlichen und statutarischen Vorgaben erfüllt sind. Ob er den Sterbewunsch nachvollziehen kann oder auch nicht, spielt keine Rolle. Sterbehelferinnen haben ohnehin die Freiheit, ob sie «einen Fall» übernehmen wollen oder nicht.

**Werner Kriesi**

**Zum Nachruf auf Hans Küng («Info» 3.21):**

Aufmerksam habe ich diesen Bericht gelesen, habe aber einige Fragen dazu. Gerne hätte ich diese Hans Küng persönlich gestellt, was aber in diesem Fall nicht möglich ist. Ich schreibe aber nachstehend die Fragen auf, wie ich sie an ihn gerichtet hätte:

*Lieber Hans Küng*

*Im Zusammenhang mit der Demenzerkrankung von Walter Jens schreiben Sie folgenden Satz:*

*«Gibt es denn eine persönlichere Entscheidung als die des Todkranken ...?»*

*Was gilt denn für Menschen, die schon von Geburt an nicht fähig sind (u. a. geistig behindert), solche Entscheidungen selbst zu fällen?*

*«Wenn das ganze Leben von Gott in die Verantwortung eines Menschen gestellt ist, ...».*

Der Bericht der Ethik-Kommission von EXIT (resp. von Prof. Dr. Schaber) im letzten «Info»-Heft ist für uns als Mitglieder des Komitees Altersfreitod ein Schlag ins Gesicht: Die von der Kommission (einschliesslich Vorstandsmitglieder!) Altersfreitod erarbeiteten und massgebenden Kriterien für einen begleiteten Suizid bei Leiden im und am Alter wurden an der GV 2018 von der Versammlung genehmigt und verabschiedet. Nach diesen Kriterien richtet sich EXIT seither. Wer entscheidet nun da über die Nachvollziehbarkeit im Zweifelsfall: das Vorstandsmitglied Sterbebegleitung, Dr. A. Stahel, oder doch wohl nicht die zugeteilte Freitodbegleitperson? Wie sollte eine solche Person, die meist etwa 30 Jahre jünger ist, die persönliche Befindlichkeit des Sterbewilligen einschätzen können? Ausserdem ist es ja nicht nur eine Frage des Altersunterschiedes. Wir protestieren in aller Form gegen das nun vorgeschlagene Vorgehen.

**Susan und Thomas Biland, Mitglieder Komitee Altersfreitod, vorm. Mitglieder Patronatskomitee**

**Nachvollziehbarkeit oder Selbstbestimmung?**

In seinem Artikel «Hauptthema: «Assistierter Suizid im hohen Alter» im Heft 3/2021 stellt der Präsident der Ethikkommission von EXIT, Peter Schaber (seit 2005 Professor für Angewandte Ethik an der Universität Zürich), die These auf, dass Sterbebegleitung für Hochaltrige nur zulässig sei, wenn einerseits ein «subjektiv unerträgliches Leiden» vorhanden sei (verursacht durch Krankheit, durch Funktionsstörungen, durch psychosoziale Faktoren, durch ein existentielles Leiden oder durch eine schlechte Prognose) und

darüber hinaus die Leidenssituation «irreversibel» sei und «der Sterbewunsch nicht bloss Folge einer akuten Symptomatik» sei, sondern «sich aus einer wohlüberlegten Bilanzierung der eigenen Lebenssituation» ergebe.

Nun hat EXIT seit jeher die Richtlinie verfolgt und durch seine Sterbehelfer auch in jedem einzelnen Fall überprüft, dass der Sterbewunsch autonom (also bei voller Urteilsfähigkeit) gefällt, wohlerwogen und über längere Zeit konstant gehegt worden ist. Nun stellt Herr Schaber im Namen der Ethikkommission zusätzlich die Forderung

auf, dass der Sterbewunsch durch die Freitodbegleitperson «nachvollziehbar» sein müsse, was bedeute, «dass die Freitodbegleitperson in der Lage ist, ihn als etwas zu sehen, wofür gute Gründe sprechen. – Die Freitodbegleitperson muss aus ihrer Sicht den Wunsch als begründet sehen.» Es ist nicht einsehbar, warum die Freitodbegleitperson einen autonom gefassten, wohlerwogenen und über längere Zeit konstant gehegten Sterbewunsch besser beurteilen könnte als die sterbewillige Person selbst.

Warum diesen Wunsch ein weiteres Mal von aussen beurteilen, statt ihn einfach zu respektieren?

Mit dieser Nachvollziehbarkeit durch die Freitodbegleitperson richtet Herr Schaber eine neue Barriere auf, die überwunden werden muss, wenn der Sterbewunsch in Erfüllung gehen soll und der Sterbewillige von seinen Freiheitsrechten Gebrauch machen will. Damit wird aber das von der schweizerischen Bundesverfassung, vom deutschen Grundgesetz oder auch von der Europäischen Menschenrechtskonvention zugesicherte Selbstbestimmungsrecht verletzt. Damit stellt sich die Ethikkommission von EXIT gegen unsere eigenen Statuten: «EXIT setzt sich für das Selbstbestimmungsrecht des Menschen im Leben und im Sterben ein. EXIT unterstützt seine Mitglieder bei der Durchsetzung dieses Rechts.» (Art.2 unserer Statuten).

Die Ethikkommission befindet sich auf dem Holzweg. Der Zweckartikel unserer Statuten muss unbedingt Vorrang haben und behalten.

**Kurt R. Spillmann,**  
**Mitglied Patronatskomitee und**  
**Arbeitskommission Altersfreitod**

Bitte die Leserbriefe an EXIT Deutsche Schweiz, Mittelstrasse 56, 3012 Bern oder an [info@exit.ch](mailto:info@exit.ch) senden. Sämtliche Zuschriften werden mit vollem Namen veröffentlicht, sofern nicht ausdrücklich um Anonymisierung gebeten wird.



# «Ich bin EXIT-Mitglied weil ...»

*Martina Degonda Scheidegger arbeitet seit vielen Jahren als freischaffende Psychotherapeutin. Nach ihrer Erfahrung gehört zu einem guten, erfüllten Leben die Auseinandersetzung mit dessen Endlichkeit.*



Meine berührendste Erfahrung mit dem Tod war das Sterben meines Grossvaters. Als Arzt wusste er um seinen nahen Tod und ging bewusst und würdevoll. Sein friedvolles Gesicht ist mir noch heute, nach vielen Jahrzehnten, in Erinnerung. Wie anders war eine spätere Erfahrung, die ich als Studentin in einem Psychiatriepraktikum machte: Eine 87-jährige Frau, die schwer dement und depressiv war, erkrankte an einer Grippe und hatte hohes Fieber. Vom zuständigen Arzt wurde alles unternommen, um sie am Leben zu erhalten, obschon sie mehrfach rief «Gott, chumm hol mi». Dieses Rufen wurde als Schub gedeutet und nicht als Wunsch zu sterben. Mein diesbezüglicher Disput mit dem Arzt half nichts, jedoch bestärkte mich diese Auseinandersetzung darin, EXIT beizutreten. Seit einer eigenen Nahoterfahrung habe ich keine Angst mehr vor dem Tod, wohl aber vor dem Verlust meiner Würde, Selbstverantwortung und -bestimmung.

Während meiner langjährigen Praxistätigkeit bin ich mehrfach von Klienten mit dem Wunsch zu sterben konfrontiert worden. Hierzu möchte ich drei Geschichten wiedergeben. Die erste betrifft eine Frau, die seit Jahren an einer schweren psychischen Erkrankung litt. Sie konnte phasenweise über Wochen kaum mehr schlafen, magerte ab, erlebte Horrorszenarien und war völlig verzweifelt. Nach einer solchen Phase äusserte sie den Wunsch, sich zu suizidieren. Sie halte dies nicht mehr aus und das Wissen, dass es immer wieder kom-

men könne, sei furchtbar. Ich nahm ihren Wunsch ernst und verstand gut, dass diese Zustände kaum zu ertragen waren. Sie war sehr froh, dass wir darüber sprechen konnten und ich sie nicht einfach, wie ein früherer Psychiater, in die Klinik einwies. In der nächsten Stunde sagte sie, auf den Suizid habe sie verzichtet, da sie sich erstmals verstanden fühle. Sie ist heute Mitglied bei EXIT und hofft, einen assistierten Freitod durchführen zu können, falls es für sie unerträglich würde.

---

## «Es brauchte erst Versöhnungsarbeit»

---

Die zweite Geschichte betrifft eine Frau, deren Mann schwer an Krebs erkrankte und den Wunsch zu scheiden. Für seine Frau war dies unvorstellbar und sie wollte, dass ich als Psychotherapeutin ihre Sicht bestärke. Ich nahm ihren Wunsch ernst und suchte mit ihr nach einer für sie möglichen Lösung. Dabei wurde mir klar, dass in der Beziehung zu ihrem Mann viele unbeglichene «Rechnungen» offen waren, welche die jetzige Situation blockierten. Somit brauchte es erst eine Versöhnungsarbeit, um überhaupt Raum für eine Kooperation zu ermöglichen. Diese benötigte Zeit und verlangte auch dem kranken Partner viel ab, da beide sich

ihrer jahrelang unterdrückten Wut und ihrem Schmerz stellen mussten. Als die Ehefrau bereit war, zu einem assistierten Freitod oder noch lieber zu Palliative Care ja zu sagen, ging es ihrem Mann plötzlich wesentlich besser, was aus medizinischer Sicht an ein Wunder grenzte. Obschon ich nicht weiss, ob die verbesserte Beziehung sich derart positiv auf den Krankheitsverlauf auswirkte, wurde mir einmal mehr klar, wie wichtig Versöhnung und Friede für ein gutes Leben und Sterben sind.

Die dritte Geschichte berührte mich sehr. Ein Mann, den ich aus dem beruflichen Umfeld schon lange kannte, meldete sich bei mir und erzählte von seiner unheilbaren Krankheit. Für ihn war klar, dass er mit EXIT gehen würde, auch seine Angehörigen befürworteten diese Entscheidung. Ihm ging es darum, noch etliches in seiner Biografie aufzuarbeiten und seinen Tod möglichst würdevoll vorzubereiten. Er schrieb seine Abdankungsrede selbst und überlegte sich persönliche Geschenke für die Menschen, die ihm am nächsten waren. Ich konnte ihn bis zu seiner Beerdigung begleiten.

Aus meiner Sicht gehört zu einem guten Leben auch die Auseinandersetzung mit dessen Vergänglichkeit. EXIT steht für mich nicht gleich assistierter Freitod, sondern für die Möglichkeit, alle Optionen zu erwägen und sich frei entscheiden zu können für ein würdiges Leben und Sterben.

[Soll auch Ihr Porträt hier stehen?](#)  
[Melden Sie sich bei info@exit.ch](mailto:info@exit.ch)

## Adressen

**Mitglieder mögen sich mit sämtlichen Anliegen zuerst an die Geschäftsstelle wenden:**

### EXIT

Postfach  
8032 Zürich  
Tel. 043 343 38 38 | Fax 043 343 38 39  
Montag–Freitag 9–12 Uhr | 14–16 Uhr  
Mittwoch 9–12 Uhr  
info@exit.ch  
www.exit.ch

Besuche nur auf Anmeldung

### Geschäftsführung

Bernhard Sutter  
bernhard.sutter@exit.ch

### Leitung Freitodbegleitung

Ornella Ferro  
ornella.ferro@exit.ch

### Stv. Leiter Freitodbegleitung

Paul-David Borter  
paul.borter@exit.ch

### Büro Bern

EXIT  
Mittelstrasse 56, 3012 Bern  
Tel. 043 343 38 38  
bern@exit.ch  
Besuche nur auf Anmeldung

### Büro Basel

EXIT  
Hauptstrasse 24, 4102 Binningen  
Tel. 043 343 38 38  
Montag 9–16 Uhr  
basel@exit.ch  
Besuche nur auf Anmeldung

### Büro Tessin

Ernesto Streit  
Via Sottomontagna 20b, 6512 Giubiasco  
Tel. 091 930 02 22  
ticino@exit.ch  
Si riceve solo su appuntamento

## Vorstand

### Präsidentin

Marion Schafroth  
marion.schafroth@exit.ch

### Kommunikation

Jürg Wiler  
juerg.wiler@exit.ch

### Finanzen

Andreas Russi  
andreas.russi@exit.ch

### Rechtsfragen

Katharina Anderegg  
katharina.anderegg@exit.ch

### Freitodbegleitung

Andreas Stahel  
andreas.stahel@exit.ch

### Anfragen von Mitgliedern

**betreffend Freitodbegleitung sind ausschliesslich an die Geschäftsstelle zu richten (Tel. 043 343 38 38). Melden Sie sich unbedingt frühzeitig, falls Sie sich bei schwerer Krankheit die Option einer Freitodbegleitung eröffnen möchten, denn oftmals bedeutet dies eine mehrwöchige Vorbereitung.**

### PALLIACURA

palliadura – eine Stiftung von EXIT  
info@palliadura.ch

## Kommissionen

### Patronatskomitee

Sibylle Berg  
Sabine Boss  
Sky du Mont  
Anita Fetz  
Toni Frisch  
Christian Jott Jenny  
Marianne Kleiner  
Rolf Lyssy  
Susanna Peter  
Rosmarie Quadranti  
Dori Schaer-Born  
Katharina Spillmann  
Kurt R. Spillmann  
Jacob Stickelberger  
Beatrice Tschanz  
Jo Vonlanthen

### Ethikkommission

Peter Schaber (Präsident)  
Viviana Abati  
Georg Bosshard  
Imke Knafla  
Marion Schafroth  
Jean-Daniel Strub

### Geschäftsprüfungskommission

Patrick Middendorf (Präsident)  
Hugo Stamm  
Christa Stamm-Pfister

### Redaktionskommission

Jürg Wiler (Leitung)  
Claudia Borter  
Muriel Düby  
Rolf Kaufmann  
Marion Schafroth

## Impressum

### INFO

Auflage: 109 000 Exemplare  
Erscheint vier Mal pro Jahr

### Herausgeberin

EXIT  
Postfach  
8032 Zürich

### Verantwortlich

Muriel Düby  
Marion Schafroth  
Jürg Wiler

### Mitarbeitende dieser Ausgabe

Romano Cavegn  
Muriel Düby  
Nadia Fernández Müller  
Peter Kaufmann  
Ernesto Streit  
Bernhard Sutter  
Jürg Wiler

### Korrektorat

Jean-Claude Düby

### Bildthema

Bilder von Jürg Schoop  
www.juerg-schoop.ch

### Bilder GV

Alexandra Pauli  
http://www.alexandrapauli.com

### Gestaltung

Atelier Bläuer  
Typografie und Gestaltung  
Zinggstrasse 16  
3007 Bern  
www.atelierblaeuer.ch

### Druckerei

DMG  
Untermüli 11  
6300 Zug  
Tel. 041 761 13 21  
info@dmg.ch



**Mitglieder mögen sich mit sämtlichen Anliegen  
zuerst an die Geschäftsstelle wenden:**

**exit**

Selbstbestimmt bis ans Lebensende.

Postfach, 8032 Zürich  
Telefon 043 343 38 38  
[info@exit.ch](mailto:info@exit.ch)  
[www.exit.ch](http://www.exit.ch)

Besuche nur auf Anmeldung.