

Erste Hilfe  
nach Unfällen  
zu leisten, wird  
in unserer  
Gesellschaft  
als eine  
selbst-  
verständliche  
Aufgabe  
angesehen.

Doch wie helfen  
wir Menschen,  
deren  
Lebensende  
gekommen ist?

Das Lebensende und Sterben macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Uraltes Wissen zum Sterbegeleit ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen.

Wir bieten einen kompakten Kurs zur *Letzten Hilfe* an. In diesen *Letzte Hilfe* Kursen lernen Interessierte, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können.

Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, die nicht auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Wir möchten Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Wir vermitteln Basiswissen und Orientierungen und einfache Handgriffe.

Die *Letzte Hilfe* Kurse wurden in Österreich und Deutschland entwickelt und erfolgreich erprobt. Die reformierte Landeskirche Zürich bietet diesen Kurs als Kooperationspartnerin in der Schweiz an.

Weitere Informationen über den Kurs finden sich auf [www.zhref.ch/themen/palliative-care/letzte-hilfe-kurs](http://www.zhref.ch/themen/palliative-care/letzte-hilfe-kurs)



## Der Letzte Hilfe Kurs

Der Letzte Hilfe Kurs vermittelt Interessierten das Einmaleins der Sterbebegleitung.

Was passiert beim Sterben?  
Wann beginnt das Sterben?  
Wie können wir als Laien unterstützen und begleiten?  
Wo können wir uns hinwenden, wenn es professionelle Unterstützung benötigt?  
Und vieles mehr.

Der eintägige Kurs beinhaltet vier Themenschwerpunkte:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

... ein Kurs für alle!

**Mittagessen: vor Ort gemeinsam, bitte Lunch mitbringen, Wasser, Kaffee/Tee wird zur Verfügung gestellt**

### Kursleitung:

*Eva Niedermann*, Alter & Generationen, Abt. Kirchenentwicklung,  
Pflegefachfrau, MAS Palliative Care, zertifizierte Kursleiterin.

*Karin Disch*, Pfarrerin, reformierte Kirche Dürnten,  
Spitalseelsorgerin RehaZentrum Wald, zertifizierte Kursleiterin.

### Kontakt und Anmeldung:

Karin Disch, Pfarrerin,  
Guldistudweg 7  
8632 Dürnten  
Tel: 055 240 26 91  
[karin.disch@zhref.ch](mailto:karin.disch@zhref.ch)

### Anmeldeschluss: 14. September

Die Platzzahl ist begrenzt. Es wird die Reihenfolge des Eingangs der  
Anmeldungen berücksichtigt.

Die Kurskosten werden von den veranstaltenden Kirchgemeinden und  
der reformierten Kirche des Kantons Zürich getragen.



# Letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden  
Menschen am Lebensende

**Samstag, 26. September 2020**

**10.00 - 16.00 Uhr**

**Reformierte Kirchgemeinde Bubikon  
Ökumenisches Zentrum Wolfhausen  
Sunnenbergstr. 1  
8633 Wolfhausen**