

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.letztehilfe.info](http://www.letztehilfe.info)



## 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!

Dauer des Kurses: 6 Stunden, inkl. Pausen,  
eine einfache Mittagsverpflegung wird offeriert

#### Kursleitung:

*Bettina Bolliger*, Dipl. Pflegefachfrau HF, Kompetenzzentrum  
Palliative Care, Spital Affoltern, zertifizierte Kursleiterin

*Volker Schmitt*, Seelsorger, Diakon, zertifizierter Kursleiter

#### Kontakt und Anmeldung:

Volker Schmitt  
Seehaldenstrasse 9, 8800 Thalwil  
Telefon: 044 / 722 70 81  
Volker.schmitt@kath-tharue.ch

Anmeldungen bis 8. November - Die Platzzahl ist  
begrenzt. Es wird die Reihenfolge des Eingangs der  
Anmeldungen berücksichtigt.

Die Teilnahme am Kurs ist kostenlos.



## Letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden  
Menschen am Lebensende

**Samstag, 16. November 2019**

**Zeit: 10-16 Uhr**

**Ort: Serata, Stiftung für das Alter  
Tischenloostrasse 55  
8800 Thalwil**