

Erste Hilfe nach Unfällen zu leisten, wird in unserer Gesellschaft als eine selbstverständliche 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 Bürgerinnen und Bürger, 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. Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern
4. Abschied nehmen

Durchführung 6 Stunden inkl. Pausen  
Mittagessen: für einen kleinen Lunch ist gesorgt.

**... ein Kurs für alle!**

Durchführung des Kurses:

*Claudia Pflugshaupt*, Pflegefachfrau, Fachexpertin MAS Palliative Care, Lebens- und Trauerbegleiterin, zertifizierte Kursleiterin.

*Ursula Jarvis*, Sozialdiakonin, Pflegefachfrau, DAS Support von pflegenden Angehörigen und Freiwilligen, SVEB 1

**Kontakt:**

Anita Schomburg, Pfarrerin  
Hintere Grundstrasse 3  
044 713 20 41

[anita.schomburg@zh.ref.ch](mailto:anita.schomburg@zh.ref.ch)

Silvia Bänziger, Sozialdiakonin  
Webereistrasse 31, 8134 Adliswil  
043 377 19 94

[silvia.baenziger@zh.ref.ch](mailto:silvia.baenziger@zh.ref.ch)

Anmeldungen bis 19. Oktober an: [ref.langnaualbisp@zh.ref.ch](mailto:ref.langnaualbisp@zh.ref.ch)

Für Fragen und Auskünfte: Anita Schomburg und Silvia Bänziger

Die Kosten werden von den beiden reformierten  
Kirchgemeinden Adliswil und Langnau am Albis  
und der reformierten Kirche des Kanton Zürich getragen.



# Letzte Hilfe Kurs

**Umsorgen von schwer  
erkrankten und  
sterbenden Menschen  
am Lebensende**

**Kirchgemeindehaus,  
Hintere Grundstrasse 3, 8135 Langnau a. A  
Samstag, 27. Oktober 2018, 10.00 –16.00 Uhr**