

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



## Der Letzte Hilfe Kurs

Der Letzte Hilfe Kurs vermittelt Interessierten Basiswissen:

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!

Der Kurs ist gratis.

**Dauer des Kurses:** 6 Stunden, inkl. Pausen

**Mittagessen:** Für das Mittagessen wird ein Kostenbeitrag erhoben.

### Kursleitung:

**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, zertifizierte Kursleiterin.

### Organisation und Moderation:

**Pfr. Markus Haltiner**

### Anmeldung:

Per Mail an: [sekretariat@rez.ch](mailto:sekretariat@rez.ch)  
oder per Telefon an 044 801 10 10.

### Anmeldeschluss: 31. 12. 2021

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Es wird die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen berücksichtigt.

Die Kosten werden von der veranstaltenden reformierten Kirchgemeinde und der reformierten Kirche des Kanton Zürich getragen.

**Die Veranstaltung wird den aktuellen Schutzmassnahmen des BAGs entsprechend durchgeführt.**



# Letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen am Lebensende

**Reformiertes Kirchenzentrum ReZ,  
Dübendorf  
Lindensaal, 1. Stock, Bahnhofstrasse 37  
8600 Dübendorf**

**Samstag, 9.1. 2021; 10.00-16.00 Uhr**

reformierte  
kirche dübendorf -  
schwerzenbach