

## Leitung

Jacqueline Baumer, Fachstelle Gemeindeentwicklung, Coach  
Susanna Meyer Kunz, Spitalseelsorgerin, Pflegefachfrau

## Kosten

Die Kursteilnahme ist kostenlos.  
Mittagessen und Getränke: Fr. 25.-

## Kursort und Zeit

Evangelisches Kirchgemeindehaus, Poststrasse 163, 7050 Arosa  
10 – 12 Uhr und 14 – 16 Uhr. Gemeinsames Essen im Kirchgemeindehaus.

## Anmeldung

**Bis 6. September 2019** an Evangelisches Pfarramt Arosa,  
thomas.mueller-weigl@gr-ref.ch, 079 790 14 71.  
Bitte mit folgenden Angaben: Name, Vorname, Telefon, Adresse, Ort, E-Mail,  
Geburtsdatum.  
Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen beschränkt.



**Arosa**

**Samstag, 21. September 2019, 10 – 16 Uhr**

# LETZTE HILFE KURS

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



palliative gr



Evangelische Kirchgemeinde  
CH-7050 Arosa



*Erste Hilfe nach  
Unfällen zu leisten,  
wird in unserer  
Gesellschaft  
als eine  
selbstverständliche  
Aufgabe angesehen.  
Doch wie helfen  
wir Menschen,  
deren Lebensende  
gekommen ist?*



## **Damit Sterben menschlich bleibt**

Das Sterben macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Uraltes Wissen über Sterbebegleitung ist mit der Industrialisierung verloren gegangen. Der Letzte Hilfe Kurs vermittelt kompakt und verständlich, was hilfreich ist, wenn jemand Nahestehendes stirbt. Die Teilnehmenden lernen, was Menschen am Lebensende am meisten brauchen und wie sie für Schwer- kranke und Sterbende sorgen können.

## **Kompakt und bewährt**

Die Letzte Hilfe Kurse wurden in Österreich und Deutschland entwickelt und erfolgreich erprobt. Kooperationspartnerin in der Schweiz ist die reformierte Landeskirche Zürich.

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

## **Das kleine 1x1 der Sterbebegleitung**

Der Kurs vermittelt Basiswissen. Es geht um Grundwissen und einfache Handgriffe, aber auch um die Ermutigung, sich Sterbenden zuzuwenden.

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

## **Themenschwerpunkte**

mit denen sich die Teilnehmenden auseinandersetzen:

- Sterben ist ein Teil des Lebens
- Vorsorgen und Entscheiden
- Körperliche, psychische, soziale und existentielle Nöte lindern
- Abschied nehmen

## **Durchführung**

6 Stunden, inkl. Pausen