

### Infos

**Dauer des Kurses:** 6 Stunden (4 x 45'), inkl. Pausen

**Mittagessen:** Sandwiches vorhanden, Getränke stehen zur Verfügung

### Kursleitung

**Nicole Häfeli**, Spital-Seelsorgerin, zertifizierte Kursleiterin

**Bertha Heiri**, Pflegefachfrau HF, Weiterbildung Palliative Care B2, zertifizierte Kursleiterin

### Kontakt und Anmeldung

**Bertha Heiri**

Tel: 032 645 36 74, [bertha.heiri@bluewin.ch](mailto:bertha.heiri@bluewin.ch)

### Anmeldungen bis 15. November 2022

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

Die Kurskosten werden von der Kath. Kirchgemeinde Grenchen getragen.

Die letzte Hilfe Kurse im Kanton Solothurn werden ermöglicht von:



palliative.so

gemeinsam kompetent



solothurner  
spitäler



## Kurs «Letzte Hilfe» Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen

**Samstag, 26. November 2022**

**9.30 bis ca. 15.30 Uhr**

**Kath. Kirchgemeinde, Pfarreizentrum Eusebiushof  
Schulstrasse 1, 2540 Grenchen**



**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 das Sterben machen uns als Mitmenschen oft hilflos. Uraltes Wissen zum Sterbebegleit ist verloren gegangen. Der Kurs «Letzte Hilfe» ist ein Angebot für alle, die mehr darüber wissen möchten, was sie für einen Mitmenschen 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, Orientierung und einfache Handgriffe.

Die «Letzte Hilfe»-Kurse wurden in Österreich und Deutschland entwickelt und erfolgreich erprobt ([www.letztehilfe.info](http://www.letztehilfe.info)). Lizenznehmerin / Ausbilderin für die Schweiz ist die reformierte Landeskirche Zürich ([www.letztehilfe.ch](http://www.letztehilfe.ch)).



## **Der «Letzte Hilfe»-Kurs vermittelt Basiswissen zu Fragen wie:**

Was passiert beim Sterben?  
Wann beginnt das Sterben?  
Wie kann man als Laie unterstützen und begleiten?  
Wo bekommt man Hilfe?

### **Der eintägige Kurs beinhaltet vier Themenschwerpunkte:**

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Körperliche, psychische, soziale und existentielle Nöte lindern
4. Abschied nehmen

... ein Kurs für alle!