

### Infos

**Dauer des Kurses:** 4 x 45', plus Pausen

**Kaffee und Gipfeli:** ab 9.30 Uhr zum Ankommen

**Mittagessen:** ein feines Risotto – beides offeriert von der reformierten Kirchgemeinde Solothurn

**Kurskosten:** werden vom Kath. Pastoralraum Solothurn – Unterer Lebernberg übernommen.

### Kursleitung

**Béatrice Müller**, Spitalseelsorgerin, zertifizierte Kursleiterin

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

### Kontakt und Anmeldung

**Bernadette Häfliger**, Pfarreiseelsorgerin im Pastoralraum Solothurn – Unterer Lebernberg

Tel: 032 637 30 53, Email: [guensberg@kath-solothurn.ch](mailto:guensberg@kath-solothurn.ch)

### Anmeldungen bis 21. Oktober 2023

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

Die letzte Hilfe Kurse im Kanton Solothurn werden ermöglicht von:



**palliative.so**  
gemeinsam kompetent



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

**Samstag, 28. Oktober 2023**

**10 bis 16 Uhr**

**Reformiertes Kirchgemeindehaus  
Gewerbstrasse 2, 4524 Günsberg**



reformierte  
kirchgemeinde  
solothurn



**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 Sterbebegleiten 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!