

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 Sterbebegleit 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 ist Lizenznehmerin für die Schweiz.

Weitere Informationen über den Kurs finden sich auf 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 existentielle Nöte lindern
4. Abschied nehmen

... ein Kurs für alle!

Infos:

Durchführung 6 Stunden, inkl. Pausen

Die Teilnehmenden sind gebeten, einen Lunch für die gemeinsame Mittagspause mitzubringen. Getränke werden zur Verfügung gestellt.

Kursleitung:

Yvonne Würth-Kegel, dipl Pflegefachfrau, Geschäftsleiterin Forum Palliative Care Stadt St.Gallen, zertifizierte Kursleiterin

Matthias Angehrn, Kath. Seelsorger, zertifizierter Kursleiter

Kontakt und Anmeldung:

Fach- und Koordinationsstelle Palliative Care Stadt St.Gallen

info@palliative-stadt-sg.ch

079 882 30 08

Anmeldeschluss:

Für den 14. Mai: **am 6. Mai**

Für den 24. Mai: **am 19. Mai**

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

Im Rahmen des Projektes *Bevor ich sterbe, möchte ich...* werden die Kosten von der Fach- und Koordinationsstelle Palliative Care St.Gallen subventioniert.



Letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen am Lebensende

Samstag 14. Mai 2022
Centrum St. Mangen
Magnihalden 15, 9000 St.Gallen

Dienstag 24. Mai 2022
Dom Zentrum
Gallusstrasse 34, 9000 St.Gallen