



**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 Nahe- stehenden 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](http://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  
Eine einfache Verpflegung sowie Getränke stehen zur Verfügung.

**Kursleitung:**

Maya Hauri Thoma, Diakonin, zertifizierte Kursleiterin  
Daniela Gsell, Pflegefachfrau HF

**Kontakt:**

Mark Hampton, Pfarrer  
071 393 15 03 / mark.hampton@ref-flawil.ch

**Anmeldung:**

Sekretariat der evang.-ref. Kirchgemeinde Flawil  
Lindenstrasse 6A, 9230  
071 394 90 50 / sekretariat@ref-flawil.ch

**Anmeldeschluss:**

Montag, 8. März 2021

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

Die Kosten werden von der evang.-ref. sowie der kath. Kirchgemeinde Flawil subventioniert. Der Kursbeitrag für die Teilnehmenden beträgt Fr. 20.00



## Der letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen am Lebensende

**Samstag, 13. März 2021, ab 09:00 Uhr**  
Evang.-ref. Kirchgemeindezentrum,  
Lindenstrasse 6A, 9230 Flawil

Notfalls findet der Kurs Online via ZOOM statt