

Erste Hilfe
nach Unfällen
zu leisten, wird
in unserer
Gesellschaft
als eine
selbst-
verständliche
Aufgabe
angesehen.

Doch wie helfen
wir Menschen,
deren
Lebensende
gekommen ist?

Das Lebensende und Sterben macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Uraltet Wissen zur Sterbebegleitung ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen.

Wir bieten einen kompakten Kurs zur Letzten Hilfe an. In diesen Letzte Hilfe Kursen lernen Interessierte, 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, Orientierung und einfache Handgriffe.

Die Letzte Hilfe Kurse wurden in Österreich und Deutschland entwickelt und erfolgreich erprobt. Die evang.- reformierte Landeskirche des Kantons Zürich bietet diesen Kurs als Kooperationspartnerin in der Schweiz an.

Weitere Informationen:
www.letztehilfe.ch



Der Letzte Hilfe Kurs

Der Letzte Hilfe Kurs vermittelt Grundwissen über die Sterbebegleitung und behandelt Fragen wie:

Wann beginnt das Sterben?

Was passiert beim Sterben?

Wie können wir sterbende Menschen unterstützen und begleiten?

Wo können wir uns hinwenden, wenn professionelle Unterstützung benötigt wird?

Welche Fragen können sich stellen, wenn wir uns selber auf unser Lebensende vorbereiten wollen?

Der Kurs beinhaltet vier Themenschwerpunkte:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

... ein Kurs für alle!

Kursleitung:

Ursula Jarvis, Sozialdiakonin, Pflegefachfrau
Zertifizierte Kursleiterin

Claudia Pflugshaupt, Pflegefachfrau, MAS Palliative Care
Zertifizierte Kursleiterin

Auskunft:

Martina Hoch, Sozialdiakonin
Asylstrasse 36, 8032 Zürich
martina.hoch@reformiert-zuerich.ch, +41 44 253 62 21

Anmeldung bis 12.03.2026 an:

Martina Hoch, martina.hoch@reformiert-zuerich.ch, +41 44 253 62 21

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

Mittagessen: wird offeriert

Die Kosten werden von der veranstaltenden reformierten Kirchgemeinde und der reformierten Kirche des Kanton Zürich getragen.



Letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen am Lebensende

Kirchgemeindehaus Hottingen
Asylstrasse 36, 8032 Zürich

Samstag, 21. März 2026
Von 10.00 – 16.00 Uhr