

### Infos:

**Dauer des Kurses:** 5 Stunden, inkl. Pausen

**Mittagessen:** bitte Verpflegung selbst mitbringen; Getränke und Kaffee stehen zur Verfügung

### Kursleitung:

**Regula Lütcher**, Gesundheitsfachperson

**Hans Zaugg**, ref. Pfarrer

### Kontakt und Anmeldung:

**Regionaler Sozialdienst Frutigen**

Geschäftsstelle Senioren Frutigland

033 672 52 40, [info@senioren-frutigland.ch](mailto:info@senioren-frutigland.ch)

### Anmeldeschluss: 27.09.2024

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

Die Kurskosten werden von der Reformierten Kirchgemeinde Frutigen, dem Förderverein Pro Senectute Frutigland-Niedersimmental und Senioren Frutigland getragen.



## Kurs «Letzte Hilfe»

Umsorgen von schwer erkrankten  
und sterbenden Menschen

**Samstag, 05.10.2024, 10 bis 15 Uhr**

**Reformiertes Kirchgemeindehaus Frutigen  
Vordorfstrasse 2, 3714 Frutigen**

**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 Sterbegeleit 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.

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



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

Was passiert beim Sterben?

Wann beginnt es?

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