

Was kann vorausgeplant
werden?



Gestaltung: Tina Braun, Fotografie: Désirée Good

Was kann ich in den letzten
Stunden tun?



Umsorgen von schwer erkrankten und
sterbenden Menschen

LETZTE HILFE KURS

LETZTE HILFE KURS

[letztehilfe.ch](https://www.letztehilfe.ch)

Wenn ich das vorher gewusst hätte!

Sterben und Tod gehören zum Leben – doch oft vermeiden wir das Gespräch darüber. Und gleichzeitig wissen wir, wie herausfordernd es sein kann, einen uns nahestehenden Menschen zu begleiten, wenn sein Lebensende gekommen ist.

Wir alle können dazu beitragen, damit sich sterbende Menschen und ihre Angehörigen nicht alleingelassen fühlen. Um letzte Hilfe leisten zu können, kann es hilfreich sein, sich vorher mit dem Thema zu befassen.

Folgende Schwerpunkte werden im Kurs behandelt

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

In unseren Letzte Hilfe Kursen vermitteln wir Grundwissen, üben einfache Handgriffe und informieren über Unterstützungsangebote.

Damit wollen wir Menschen ermutigen und befähigen, einander bei schwerer Krankheit, Sterben, Tod und Trauer beizustehen.

Der Kurs findet an einem Tag statt und wird von Fachpersonen aus der Pflege, Seelsorge und weiteren Bereichen der Palliative Care geleitet. Die Teilnahme steht allen interessierten Erwachsenen – auch ohne Vorkenntnisse – offen.



Hintergrundinformationen

Die Evangelisch-reformierte Landeskirche des Kantons Zürich ist seit 2017 Lizenznehmerin für die Letzte Hilfe Kurse in der Schweiz. Sie leitet Letzte Hilfe Schweiz und ist Kooperationspartnerin und Vertretung der Schweiz im internationalen Netzwerk.

Weitere Informationen und Kontaktadressen finden Sie unter www.letztehilfe.ch

Letzte Hilfe Kurse werden in der Schweiz auf Deutsch, Französisch «Derniers Secours», auf Italienisch «Ultimo Soccorso» und Englisch «Last Aid» angeboten.

Kirchliche und Non-Profit Organisationen, Institutionen, Vereine und Stiftungen wirken in den einzelnen Kantonen mit, indem sie Fachpersonen zu Kursleitungen ausbilden lassen und Kurse vermitteln.

Letzte Hilfe Kurse gibt es auch für Kinder und Jugendliche im Alter von 9–16 Jahren. Die Kurse sind individuell an die Altersstufen angepasst und können z.B. in der Schule, im kirchlichen Unterricht oder in Vereinen angeboten werden.

Der Letzte Hilfe Kurs wurde von Dr. med. Georg Bollig, Palliativ- und Notfallmediziner, gemeinsam mit der Fakultät für Interdisziplinäre Forschung und Fortbildung (IFF) an der Alpen-Adria Universität in Österreich entwickelt. Mittlerweile gibt es in 22 Ländern Letzte Hilfe Kurse.

reformierte
kirche kanton zürich

Lizenznehmerin
Letzte Hilfe Schweiz

Die **Katholischen Kirche Region Bern** sowie die **Stadt Bern** bieten den Letzte Hilfe Kurs wie folgt an:

Datum	Samstag, 29. November 2025
Zeit	10.00 – 16.00 Uhr
Ort	Katholische Kirche Region Bern Mittelstrasse 6a 3012 Bern
Kursleitung	<i>Barbara Petersen</i> , Fachmitarbeiterin Palliative Care, Katholische Kirche Region Bern, zertifizierte Kursleiterin <i>Bettina Gärtner</i> , Pflegeexpertin ANP+, zertifizierte Kursleiterin
Auskunft und Anmeldung	Katholische Kirche Region Bern Fachzentrum Mensch und Gesellschaft menschundgesellschaft@kathbern.ch Tel. 031 300 33 66
Anmeldeschluss	14.11.2025
Verpflegung	Bitte Mittagessen selbst mitbringen; Kaffee und Pausenverpflegung stehen zur Verfügung.
Kurskosten	Der Kurs ist für die Teilnehmenden kostenlos. Die Kurskosten werden von der <i>Katholischen Kirche Region Bern</i> sowie der <i>Stadt Bern</i> getragen

Die Anzahl Plätze ist beschränkt.

Im Kanton Bern werden die Letzte Hilfe Kurse von den Landeskirchen, dem Spitex-Kantonalverband und dem Universitären Zentrum für Palliative Care des Inselspitals getragen. Die Trägerschaft finanziert die Kurse mit, koordiniert die Organisation, betreut die Kursleitenden und ist für die Qualitätssicherung zuständig.

