

## Bericht «Letzte Hilfe Kurs»

# «Dieser Kurs müsste so wichtig sein wie der 1. Hilfe Kurs»

Einen 1.Hilfe Kurs haben wohl die meisten erwachsenen Menschen schon besucht. Dass man nach Unfällen oder akuten Erkrankungen erste Hilfe leistet ist selbstverständlich. Doch wie können wir als Angehörige einem nahestehenden Menschen helfen, der sich am Ende seines Lebens befindet und bald sterben wird? Wie können wir das Tabu rund um das Sterben in unserer Gesellschaft brechen? Mit dieser Frage hat sich der deutsche Palliativmediziner Dr. Georg Bollig auseinandergesetzt und den «letzte Hilfe Kurs» ins Leben gerufen. Dieser wird mittlerweile in einigen Ländern Europas für ALLE interessierten Menschen angeboten und hat vergangenen Monat auch in unserer Spitex Oberaargau Land Region Einzug gehalten.

Die beiden zertifizierten Kursleiterinnen Sophie Matschat, Pfarrerin der Kirchgemeinde Herzogenbuchsee und Therese Ledermann, spez. Pflegefachfrau in Palliative Care der SGOL vermittelten den Teilnehmerinnen und Teilnehmer Grundlagewissen zu den Themenschwerpunkten: Umgang mit Sterben, Vorsorgen und Entscheiden, Leiden lindern und Abschied nehmen. Neben physischen, psychischen sozialen und spirituellen Aspekten kamen auch praktische Themen zur Sprache, etwa wie man seine Vorsorge regelt oder an wen man sich bei Bedarf an Unterstützung wenden kann. Beide Kurse waren mit je 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgebucht. Viele Themen konnten nur angetippt werden, der Austausch und die Vertiefung einzelner Schwerpunkte kam aufgrund des umfassenden Themas etwas zu kurz.

Die grosse Nachfrage und das positive Feedback motivieren die Veranstalter, weitere «letzte Hilfe» Kurse und andere Anlässe zum Thema anzubieten. Denn: das alte Wissen um die Sterbebegleitung soll in unserer Gesellschaft wieder zurückgewonnen werden und uns befähigen und bestärken, dass wir auch als Laien und nächste Angehörige wichtige und wertvolle «letzte Hilfe» leisten können.

Weiterführende Links: [www.sgol.swiss](http://www.sgol.swiss)  
[www.letztehilfe.info](http://www.letztehilfe.info)  
[www.ref-kirche-herzogenbuchsee.ch](http://www.ref-kirche-herzogenbuchsee.ch)