



Von Gott bewegt.
Den Menschen verpflichtet.

Projekt „Letzte Hilfe“

Die überwiegende Mehrheit aller Menschen möchte einmal daheim sterben. Am liebsten im Kreise der Familie oder im Beisein von Freunden. Die Realität sieht jedoch anders aus. Für ältere Menschen ist der Tod im Pflegeheim oder Spital die Regel, nicht die Ausnahme. Die Sterbenden werden von Profis aus dem Gesundheitswesen begleitet: Ärztinnen, Pflegefachpersonen, Therapeuten und anderen. «Der Tod ist professionalisiert.» Deshalb schwindet bei Privatpersonen das Wissen, wie man einen sterbenden Menschen begleitet und seine Not lindern kann. Wenn eine nahe stehende Person im Sterben liegt, fühlen sich viele hilflos und überfordert. Dabei ist das Wichtigste: Präsent sein, den Sterbeprozess aushalten und nicht in Hektik verfallen. Die zunehmende Individualisierung des Todes könne das Gefühl der Überforderung noch verstärken: Die einst festen Rituale sind weggefallen. Das hat zwar viel Positives, denn Familien können einen Abschied so gestalten, wie er für sie stimmt. Doch genau diese Freiheit löst auch Unsicherheiten aus: Heute sind alle selbst dafür verantwortlich, dem Abschied eine Form zu geben.

Seit 2019 bieten die Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn gemeinsam mit den kantonalen römisch-katholischen und christkatholischen Partnerkirchen sowie der öffentlichen Spitex und dem Palliativzentrum Inselspital Letzte-Hilfe-Kurse an. Die Kurse werden von einer Seelsorgerin oder einem Sozialdiakon sowie einer Gesundheitsfachperson geleitet und richten sich an alle Interessierten. Ziel sind die Sensibilisierung für die letzte Lebensphase sowie die Stärkung der lokalen Netzwerke zwischen Kirchgemeinden, Pfarreien und Gesundheitsorganisationen.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, um

- das kirchliche Profil und die kirchlichen Netzwerke innerhalb von Palliative Care zu stärken
- und somit zu einer sorgenden Gemeinschaft für Sterbende und ihre Angehörigen beizutragen.

Dauer und Inhalt der Kurse

Der 6 stündige Kurs „Letzte Hilfe“ vermittelt Wissen, was interessierte Menschen am Ende des Lebens für ihre Nahestehenden tun können. Der Kurs wendet sich Fragen zu, was beim Sterben geschieht und was in dieser Zeit getan werden kann. Er soll die Hilflosigkeit in eine bewusste Zuwendung verwandeln.

Der Kurs vermittelt neben Basiswissen und Orientierung über Sterben, Tod und Trauer auch einfache Handgriffe und die Möglichkeit zum Dialog.

Er beinhaltet vier Themenschwerpunkte:

- Sterben als Teil des Lebens
- Vorsorgen und Entscheiden
- Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern
- Abschied nehmen

Infos

www.letztehilfebern.ch

Matthias Hunziker