

Caritas Zürich
Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase
Beckenhofstrasse 16
Postfach
8021 Zürich
Telefon 044 366 68 74
E-Mail begleitung@caritas-zuerich.ch
www.caritas-zuerich.ch/diakoniekurse



Menschen begleiten.

Die Begegnung mit schwerkranken und sterbenden Menschen braucht Respekt, Offenheit und Einfühlungsvermögen. Der Grundkurs zeigt, wie mit Menschen in der letzten Lebensphase behutsam umgegangen werden kann. Der Kurs bietet Gelegenheit, sich mit der eigenen Sterblichkeit, mit Tod und Trauer auseinander zu setzen. Die Bereitschaft, die eigenen Einstellungen zu reflektieren und die Vielfalt möglicher Ausgangspunkte bei anderen Menschen zu akzeptieren, ist Voraussetzung für die Teilnahme.

Zielgruppe

Dieser Grundkurs richtet sich an Frauen und Männer, die Angehörige oder Bekannte in der letzten Lebensphase begleiten, sich für die Tätigkeit in einer Begleitgruppe vorbereiten möchten, im Pflege- oder Sozialbereich beruflich tätig sind oder sich für das Thema interessieren.

Methoden

Impuls- und Kurzreferate, Einzel- und Gruppenarbeiten, Übungen durch Selbsterfahrung, Austausch in der Gruppe.

Anzahl Teilnehmende

10 – 16 Personen

Kursleitung

Regula Hagmann, Gerontologin, Caritas Zürich, Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase

Referenten

Verschiedene Fachpersonen aus den Gebieten: Palliative Care, Pflege, Sterbe- und Trauerbegleitung, Spiritualität und Theologie.

Durchführungsort, Termine und Kurskosten

Siehe Beiblatt



Inhalte

- **Sterben, eine Zeit des Lebens**
Eigene Vorstellungen vom Leben, Sterben und Tod. Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben.
- **Begegnung und Wahrnehmung**
Prozess des Sterbens und des Abschieds. Achtsamer Umgang mit Sterbenden.
- **Praxis der Sterbebegleitung**
Bedürfnisse der Sterbenden und Begleitenden. Kommunikation mit Sterbenden. Möglichkeiten und Grenzen in der Begleitung.
- **Spiritualität in der Begleitung**
Was ist Spiritualität? Auseinandersetzung mit der eigenen Spiritualität. Jenseitsvorstellungen und Umgang mit Endlichkeit.
- **Abschiednehmen und Trauern**
Loslassen und Abschied gestalten. Umgang mit Verlust und Trauer.