

## ORGANISATORISCHE HINWEISE

Leitung: Heinrich Siefer  
Referentin: Elfriede Haarannen  
Ines Weiershausen  
Kosten: Eigenanteil 60 € im EZ oder DZ  
(Seminargebühr, Unterkunft und  
Verpflegung)  
Termin: 13.–14.11.2020  
Beginn am 13.11. um 17.00 Uhr  
Ende am 14.11. um 13.30 Uhr  
Seminar Nr. 82613

### ANMELDUNG

Bitte bis 01.11.2020 im Internet unter  
[www.ka-stapelfeld.de/programm](http://www.ka-stapelfeld.de/programm) oder bei

**Jutta Gövert**

Tel. 04471 188-1132 | [jgovevert@ka-stapelfeld.de](mailto:jgovevert@ka-stapelfeld.de)

### HINWEISE

Unsere Gäste werden in Einzel- oder Doppelzimmern untergebracht, die alle mit WC und Dusche ausgestattet sind. Die ausgewiesenen Gebühren enthalten Verpflegung, Übernachtung und Lehrgangskosten.

Nicht in Anspruch genommene Mahlzeiten oder Leistungen werden nicht erstattet. Bei Abmeldung vom Seminar fallen Stornogebühren an. Weitere Hinweise zu den Geschäftsbedingungen finden Sie unter [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)

Geme senden wir Ihnen ein Exemplar des aktuellen **Jahresprogramms** zu. Sie können es telefonisch, schriftlich oder per E-Mail anfordern.

gefördert  
durch  
den:



Bildnachweis  
Titelseite:  
Adobe Stock



Die **Katholische Akademie Stapelfeld** ist sowohl ein modernes Bildungszentrum mit einem vielseitigen Seminarangebot als auch ein beliebter Tagungsort. Mit mehr als 30.000 Besuchern und rund 25.000 Übernachtungen pro Jahr gehören wir zu den größten Heimvolkshochschulen in Niedersachsen. Stapelfeld liegt fünf Kilometer südlich von Cloppenburg im Oldenburger Münsterland. Über die A 1, die B 68 bzw. B 213 können Sie die Akademie schnell erreichen. Wir bieten Ihnen die Ruhe und Idylle eines Hauses mitten im Grünen mit viel Platz zum Innehalten, zum Denken, zur Begegnung und zum Abstandfinden vom Alltag. Konzentrieren Sie sich auf das Wesentliche: Willkommen in Stapelfeld.

### ZAHLEN. DATEN. FAKTEN.

- 104 modern eingerichtete Ein- und Zweibettzimmer bzw. Appartements (164 Betten) mit Dusche und WC
- 17 Seminarräume für 10–300 Personen
- Hauskapelle und Bibliothek
- Tischtennis-, Billard- und Kickerraum
- Volleyballfeld, Fußballplatz und Boulebahn
- Fitnessraum und Fahrradverleih
- Feuerstelle und Fernsehräume
- hauseigene Gastwirtschaft

Eine Einrichtung der Stiftung Kardinal von Galen  
**Katholische Akademie Stapelfeld**  
Stapelfelder Kirchstraße 13 · 49661 Cloppenburg  
Tel. 04471 188-0 · Fax 04471 188-1166 · [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)



Basis-Wissen und Kompetenzen für  
eine gute Sorge am Lebensende

## Letzte Hilfe

**13. bis 14. November 2020**



Katholische  
Akademie Stapelfeld

Die Erste Hilfe ist ein fester Bestandteil der Hilfskultur in unserer Gesellschaft. Fast jeder hat schon einmal einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert und erinnert sich zumindest vage daran, wie man einen Menschen reanimiert oder in die stabile Seitenlage bringt. Zumindest aber daran, wie man auf schnellstem Wege Unterstützung holt. Aber Letzte Hilfe? Einen Menschen begleiten, der im Sterben liegt?

Wir möchten einen Beitrag dazu leisten, damit Begleitung menschlich bleibt.

**Ein Kurs für interessierte Einzelpersonen, Gruppen, Vereine, Betriebe – ohne Vorkenntnisse.**

So wie es Erste Hilfe gibt, gibt es auch einfache Grundsätze der letzten Hilfe. Man muss kein Superheld sein, um in der Sterbebegleitung unterstützend ein paar Handgriffe zu tun. Einfach da sein kann ganz schön schwer sein, aber man kann es lernen. Über 60% der Deutschen wünschen sich laut einer Umfrage aus dem Jahr 2012 zu Hause zu sterben, allerdings ging dieser Wunsch in der Wirklichkeit nur für 20% in Erfüllung. Es gibt verschiedene Gründe, warum das so ist. Einer könnte sein, dass sich viele Menschen die Begleitung eines Schwerkranken am Lebensende nicht zutrauen. Hier setzt dieser Kurs an. „Letzte Hilfe“ will Basiswissen für jeden Laien und Angehörigen vermitteln. Hier erfahren Sie ein paar ganz einfache Dinge und Handgriffe, die jeder wissen sollte, der sich mit dem Thema Sterbebegleitung auseinandersetzen möchte.

Letzte Hilfe möchte zu Mitmenschlichkeit und Unterstützung bei schwerer Krankheit und in der letzten Lebensphase eines nahen Menschen ermutigen. In einfacher Form wird erklärt, welche Möglichkeiten sich dem Laien bieten und dass Zuwendung am meisten gebraucht wird.

Wer einem anderen Menschen am Lebensende ein Begleiter sein will, der kämpft häufig mit seinen eigenen Ängsten und Unsicherheiten. In Letzte Hilfe Kursen gibt es Rat für solche Momente – und Denkanstöße.

**Kursinhalte:**

**1. Sterben ist ein Teil des Lebens**

- Unsicherheiten teilen
- Angebote der Hilfe aufzeigen

**2. Vorsorgen und Entscheiden**

- Wer entscheidet für mich ....

**3. Leiden lindern**

- belastende Beschwerden
- Linderungsmöglichkeiten
- Ernährung am Lebensende
- praktische Tipps

**4. Abschied nehmen vom Leben**

- Rituale, Umgang mit Tod und Trauer
- Bestattungsformen
- Trauern ist normal ...

**Referentinnen:**

**Elfriede Haarannen und Ines Weiershausen**  
**erfahrene, zertifizierte Kursleiterinnen**  
**des Projektes Letzte Hilfe**



Dr. Georg Bollig entwickelte 2008 die Idee der "Letzte Hilfe Kurse" im Rahmen seiner Master Thesis zum Master of Advanced Studies (MAS) in Palliative Care. Im Jahr 2015 fanden in Schleswig-Holstein, Norwegen und Dänemark die ersten Letzte Hilfe Kurse statt.

Dr. med. Georg Bollig, PhD, MAS Palliative Care, DEAA, arbeitet als Leitender Arzt des Palliativteams und der Palliativstation des Regionskrankenhauses in Süd-Dänemark (Sygehus Sønderjylland) und des Hospizes in Haderslev.

Neben der klinischen Tätigkeit in der Palliativversorgung ist er Clinical Associate Professor und leitet die Forschungsgruppe für Palliative Care der medizinischen Abteilung des Regionskrankenhauses in Süd-Dänemark / University of Southern Denmark.

Besuch vom Hospiz Wanderlicht in Cloppenburg am Samstag, 14.11. um 09.30 Uhr (Dauer ca. 1 Stunde).