

# Kursangebot zur Sterbebegleitung

für Pflegende, Angehörige und interessierte Menschen.



### **Ermutigung und Befähigung zur Hilfe und Selbsthilfe**

Sterben, Tod und Trauer werden in unserer Gesellschaft aus Hilflosigkeit und Angst übergangen und verdrängt. Dieser Kurs vermittelt Ihnen durch die bewusste Auseinandersetzung mit diesen Lebensthemen Kenntnisse zur Sterbebegleitung.

Wenn Sie Interesse daran haben, unsere Arbeit durch Ihren Einsatz zu unterstützen, dann sind Sie herzlich willkommen. Wir bilden Sie aus. Unsere umfassenden Hospizkurse bereiten Sie sehr gut vor. Bei Fragen und Problemen, die in schwierigen Situationen auftreten können, leiten wir Sie an und betreuen Sie.

Unsere Koordinatorin ist rund um die Uhr erreichbar für Sie. Erfahrungsaustausch mit anderen SterbebegleiterInnen, Supervision und Fortbildungsveranstaltungen zu einzelnen Segmenten helfen Ihnen, sich weiter zu professionalisieren. Dieses Angebot gilt auch für Pflegekräfte, die in Altenpflegeheimen, ambulanten Pflegediensten und anderen Einrichtungen Sterbende unterstützen.

Überwinden Sie Ihre persönliche Unsicherheit. Die Entwicklung von Sensibilität und Toleranz im Umgang mit sich selbst und anderen ist ein Anreiz zu Ihrem aktiven Engagement in der Hospizarbeit.

### **1. Würdevoller Umgang mit Sterben und Tod**

- Begrüßungsrunde
- Beweggründe der Seminarteilnahme
- Sterben und Tod in der heutigen Zeit
- Anliegen der Hospizbewegung
- Palliative Care und Hospizarbeit
- Ambulante und stationäre Sterbebegleitung
- Bedürfnisse sterbender Menschen
- Grundkenntnisse der Palliativpflege
- Häufige Krankheiten und Symptome
- Kinder und Tod
- Schmerztherapie

### **2. Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit**

- Erfahrungen mit Verlust, Tod und Trauer
- Sterbe- und Lebensmeditation
- Psychische Verarbeitungsprozesse eines Sterbenden und seiner Angehörigen (Sterbephasen)
- Aufarbeitung der Lebensbilanz
- Sinnfragen des Lebens – spirituelle Anschauung

### **3. Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen**

- Kommunikationsformen – aktives Zuhören, Empathie
- Die Sprache der Sterbenden: Träume, Bilder, Metaphern und Symbole
- Stiller Beistand – nonverbale Kommunikation
- Gesprächsgestaltungen zur Begleitung
- Hilfreiche Begegnungen mit Angehörigen
- Spirituelles Geleit für Sterbende



#### 4. Abschied nehmen

- Vorsorgende Verfügungen
- Nähe und Distanz in der Begleitung
- Sinn von Schmerz und Leid
- Versorgung bei Eintritt des Todes
- Verabschiedung des Verstorbenen
- Formen des Gedenkens – Trauerrituale
- Trauer und Trost spenden
- Psychohygiene – eigene Haltung reflektieren, Kraftquellen erschließen
- Feedback geben – Feedback nehmen

#### Zeitlicher Umfang

91 Unterrichtsstunden zu je 45 Minuten.

Der Kurs ist verteilt auf 3 Wochenenden

Freitag 17.30 - 21.00 Uhr

Samstag 09.00 - 16.30 Uhr

+ 13 Themenabende, jeweils Mittwochs:

17.30 - 21.00 Uhr

**Kurs 1: 01.03.2024 bis 19.06.2024**

(nicht am 03.04. + 10.04.2024)

**Kurs 2: 06.09.2024 bis 18.12.2024**

(nicht am 23.10.2024 )

**Ort: wird rechtzeitig vor Kursbeginn bekannt gegeben!**

Aktuelle Kursgebühren und Termine erfahren Sie unter der angegebenen Rufnummer.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

**Tel. 0421-52 29 222**

#### Kursleitung und Referenten

- **Rebecca Griksch** (Kinderkrankenschwester/ Palliativ-Care-Fachkraft; Koordinatorin)
- **Dr. Anette Klingenberg** (Palliativärztin)
- **Birgit Wille** (evangelische Pastorin; Krankenhaus-Seelsorgerin im Rotes Kreuz Krankenhaus)

**Änderungen einzelner Referenten sind möglich.**



Unser Hospizdienst freut sich über Ihren Anruf.  
Ihre Ansprechpartnerin ist **Rebecca Griksch**

**Hospizdienst der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz e.V.**

St.-Pauli-Deich 26 - 28199 Bremen

Büro: Leinestr.3, (Eingang: Bewegungsbad im RKK)

Tel: 04 21 – 52 29 222 Fax: 04 21 – 55 99 851

[hospizdienst@schwesternschaft-bremen.drk.de](mailto:hospizdienst@schwesternschaft-bremen.drk.de)

[www.drk-schwesternschaft-bremen.de](http://www.drk-schwesternschaft-bremen.de)

