

# GRUNKURS ZUR STERBEBEGLEITUNG «EINANDER NAHE SEIN IN EINER SCHWEREN ZEIT»

Kurs

MO 25. 2./4./11./18./25. 3.  
+ 1. 4. 2019  
9.00 - 16.00 Uhr

**PAULUS  
AKADEMIE**  
STELLT  
FRAGEN  
ZUR  
ZEIT

Die Begegnung mit schwer kranken 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 auseinanderzusetzen. Die Bereitschaft, die eigene Lebenssituation als Ausgangspunkt zu nehmen und die Vielfalt möglicher Ausgangspunkte bei anderen Menschen zu akzeptieren, ist Voraussetzung für die Teilnahme.

## Themen

***Sterben, eine Zeit des Lebens:*** Eigene Vorstellungen und Erfahrungen mit Leben, Sterben und Tod. Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben.

***Begegnung und Wahrnehmung:*** Prozess des Sterbens und der Trauer. 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.

## Leitung

*Regula Hagmann, Soziokulturelle Animatorin / Gerontologin*

## Kursmethodik

*Impuls- und Kurzreferate,*

*Einzel- und Gruppenarbeiten, Übungen durch Selbsterfahrung.*

## Zielpublikum

*Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer, die Angehörige oder Bekannte in der letzten Lebensphase begleiten, sich für die Tätigkeit in einer Begleitgruppe vorbereiten möchten oder im Pflege- oder Sozialbereich tätig sind.*

*10 – 16 Personen.*

## Veranstaltungsort

*Caritas Zürich, Beckenhofstrasse 16, 8006 Zürich*

## Kosten

*CHF 850.– inkl. Kursunterlagen und Getränke; CHF 595.– für Mitglieder Gönnerverein, Studierende und Lernende, IV-Bezüger und mit KulturLegi*

## Anmeldung/Kontakt

*Bis 10. 2. 2019 auf [www.caritas-zuerich.ch/diakoniekurs](http://www.caritas-zuerich.ch/diakoniekurs) oder Caritas Zürich, Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase, Tel. 044 366 68 74*

*In Kooperation mit:*

**CARITAS** Zürich

## Bei Abmeldung werden folgende Kosten verrechnet:

- Bis 4 Wochen vor Kursbeginn: CHF 30.00 Bearbeitungsgebühr
- Bis 3 Wochen vor Kursbeginn: 75% der Kurskosten
- Bis 2 Wochen vor Kursbeginn: 90% der Kurskosten
- Weniger als 2 Wochen vor Kursbeginn: 100% der Kurskosten

*Wenn der frei gewordene Platz wieder besetzt werden kann, werden nur die Bearbeitungsgebühren von CHF 30.00 verrechnet.*