

# Letzte Hilfe Kurs

Hospiz- und Palliativ-  
beratungsdienst Potsdam

## Am Ende wissen, wie es geht

Das Lebensende und Sterben unserer Angehörigen, Freunde und Nachbarn macht oft hilflos, denn uraltes Wissen zum Sterbegeleit ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen.

Um dieses Wissen zurückzugewinnen, bieten wir einen Kurs zur „Letzten Hilfe“ an. In diesen Letzte Hilfe Kursen lernen interessierte Bürger:innen, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können.

## Kleines 1x1 der Sterbebegleitung

Wir vermitteln Basiswissen, Orientierungen und einfache Handgriffe. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern ist auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich. Wir möchten Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

## Kursinhalte

Die vier Unterrichtsstunden stehen jeweils für eines der vier Module:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

## Nächste Kurse in Potsdam

Mittwoch, 17.04., 15.05. und 06.11.2024

jeweils 16.00 – 20.00 Uhr

in der Malteser Geschäftsstelle

Alt Nowawes 67 | 14482 Potsdam

Die Teilnahme ist kostenfrei, über eine Spende freuen wir uns. Eine Anmeldung per Telefon oder E-Mail ist dringend erforderlich.

## Hospiz- und Palliativberatungsdienst Potsdam

Hermannswerder 2 | 14473 Potsdam

Telefon: 0331 / 62 00 250 (mit Anrufbeantworter)

Mobil: 0173 / 880 85 89

[www.hospizdienst-potsdam.de](http://www.hospizdienst-potsdam.de)

E-Mail: [info@hospizdienst-potsdam.de](mailto:info@hospizdienst-potsdam.de)