



2020

_Begleitung in der letzten Lebensphase

Die Kunst der Sorge – Dasein am Ende des Lebens

Bildungstage

Die Begleitung von Menschen in den Übergängen des Lebens und Sterbens erfordert grosses Einfühlungsvermögen im Dasein für andere, aber auch gute Selbstfürsorge. Mit unseren Bildungstagen möchten wir dem Thema «Sterben und Tod» einen Platz in der Gesellschaft geben, einzelne Aspekte der Palliative Care thematisieren und die persönliche und fachliche Kompetenz in der Begleitung vertiefen und erweitern.

Die eintägigen Seminare richten sich an alle Interessierten, die sich im professionellen, freiwilligen oder privaten Kontext in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden engagieren oder sich mit der Thematik «Sterben und Tod» intensiv auseinandersetzen möchten.

Nach Ansätzen der Erwachsenenbildung werden die Themen in Impulsreferaten, Einzel- und Gruppenarbeiten, Erfahrungsaustauschen und Übungen lebendig und vielseitig erarbeitet und reflektiert.

«Man muss bei sich gewesen sein...» Von der Selbstfürsorge in der Begleitung von anderen

Wer für Menschen in bewegten Lebenszeiten und an den Grenzen des Lebens da sein möchte, muss sich einlassen können und dabei gut mit sich selber verbunden bleiben. Wie gelingt es, in Kontakt mit der eigenen Quelle zu sein, um Brunnen für andere zu sein? Wie können wir selbst-sein und gleichzeitig offen für das Mit-sein? Ein Tag mit Blick auf die Resilienzforschung, auf die eigene Lebensgeschichte und auf das Thema «Selbstfürsorge in der Begleitung von anderen».

Ort: Der MaiHof – Pfarrei St. Josef,
Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern

Zeit: 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr und
13.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Kurskosten: 250 Franken
(50 % Rabatt mit der KulturLegi)

Zielgruppe: Freiwillige Begleitpersonen,
Betroffene, Seelsorgende, Mitarbeitende
in der Pflege

Mittwoch, 22. Januar 2020

Referent: Thomas Feldmann, Leiter Fachstelle
Begleitung in der letzten Lebensphase, Caritas
Luzern, lic.theol., Supervisor IAS und Systemtherapeut,
Weiterbildung interdisziplinäre Palliative Care



Bildungstage

«Wenn sich Welten begegnen...»

Begleitung von Menschen unterschiedlicher Kulturen in ihrer letzten Lebensphase

Jeder Mensch ist einzigartig und lebt und erlebt die letzte Zeit des Lebens anders. Und doch haben Kulturen und Religionen Rituale entwickelt, die für viele Menschen im Übergang ins Unbekannte sinngebend sind und Sicherheit bieten. Wir fragen uns, was interkulturelle und interreligiöse Sensibilität in diesen ganz besonderen Momenten bedeutet und beleuchten einige kulturelle und religiöse Regeln und Rituale der Begleitung in Sterben und Tod.

«Vieles kann der Mensch entbehren, nur den Menschen nicht...» Von heilsamer Begegnung in Zeiten von Krise, Verlust und Trauer

Die Hinwendung zum anderen Menschen stärkt den Zusammenhalt und ist Wesensmerkmal einer sorgenden Gesellschaft. Wir machen in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden bedeutsame Lebenserfahrungen. Dieses «Geben und Nehmen» will aufmerksam gestaltet sein. Wie können wir im Dasein für andere unterstützen? Wie gestalten wir die «Kunst der Begleitung» im Erleben am Ende des Lebens? Ein Tag der Annäherung an das Geschehen von Beziehung und helfender Begegnung.

«Und wie geht es DIR?»

Auseinandersetzung mit Situationen und Bedürfnissen von Angehörigen

Angehörige stehen in der Begleitung von Sterbenden oft am Rande der Aufmerksamkeit. Die Arbeit mit Angehörigen bedarf der Kompetenz, auf deren vielfältige Anliegen und Bedürfnissen reagieren zu können. Die Teilnehmenden setzen sich mit möglichen Situationen von Angehörigen auseinander und versuchen zu verstehen, welche Veränderungen auf diese zukommen, wo sich mögliche Konfliktquellen zeigen und wie sich dies alles auf die Zusammenarbeit auswirkt.

Freitag, 13. März 2020

Referentin: Véronique Schoeffel, Expertin für interkulturelle Kommunikation mit besonderem Fokus auf Übergangsrituale und die Gestaltung wichtiger Momente des Lebens in unterschiedlichen Kulturen und Religionen, Inhaberin von ubuntu-communication, Lamboing, BE

Freitag, 15. Mai 2020

Referent: Thomas Feldmann, Leiter Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase, Caritas Luzern, lic.theol., Supervisor IAS und Systemtherapeut, Weiterbildung interdisziplinäre Palliative Care

Mittwoch, 19. August 2020

Referentin: Sandra Dietschi Sieber, Supervisorin/Coach IAP, dipl. Religionspädagogin, Mitarbeiterin Fachbereich Pastoral der katholischen Kirche Kanton Luzern, selber Angehörige eines Partners in einem Pflegeheim

Bildungstage

Autonomie und Lebensqualität – herausfordernde Ziele in der Palliative Care

Palliative Care setzt sich zum Ziel, den Betroffenen bis zuletzt eine möglichst hohe Lebensqualität zu erhalten und ihre Autonomie zu bewahren. Wie kann das in der Praxis gelingen? Was heisst Lebensqualität bei chronischen Krankheiten oder bei Demenzerkrankungen und wie können wir sie fördern? Wie können Autonomie und Selbstbestimmung ermöglicht werden bei unheilbarer Krankheit und manchmal abnehmender Urteilsfähigkeit? In der Auseinandersetzung mit diesen Fragen erarbeiten wir konkrete Ansätze zur Umsetzung in der täglichen Praxis.

«Wenn doch alle(s) in Frieden wäre(n)...» Von Wünschen und Realitäten am Lebensende

Viele Sterbende und auch ihre Angehörigen haben den Wunsch des friedlichen Abschieds. Manchmal endet das Leben jedoch unversöhnt. Erlebnisse der persönlichen Lebensgeschichte und die Realität der vielfältigen familiären Beziehungen können das Loslassen im Sterben und den Abschied erschweren. Diese Spannung auszuhalten kann für Sterbende, für Angehörige, aber auch für Begleitende herausfordernd sein. Wir schauen an diesem Tag auf mögliche persönliche, innere und familiäre Beziehungsdynamiken und den hilfreichen Umgang damit.

Freitag, 16. Oktober 2020

Referent: Roland Kunz, Dr. med., Chefarzt Universitäre Klinik für Akutgeriatrie im Stadtspital Waid Zürich und ärztlicher Leiter Zentrum für Palliative Care, Dozent für Palliativmedizin und Mitautor mehrerer Fachbücher

Mittwoch, 2. Dezember 2020

Referent: Thomas Feldmann, Leiter Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase, Caritas Luzern, lic.theol., Supervisor IAS und Systemtherapeut, Weiterbildung interdisziplinäre Palliative Care



Information und Bildung

Die Caritas Luzern

- informiert über Freiwilligengruppen der Begleitung in der letzten Lebensphase,
- bietet auf Anfrage Referate und Bildungsveranstaltungen zu Themen der letzten Lebensphase und Sterbebegleitung an,
- berät beim Erstellen einer Patientenverfügung oder eines Vorsorgeauftrages und
- informiert über Angebote in der Palliative Care.

Veranstaltung «DenkRaum» Tiefgründiges Nachdenken über Sterben, Tod und Trauer

Viermal pro Jahr treffen sich ein/e Philosoph/in und Interessierte, um Fragen aus dem Publikum zum Thema «Sterben, Tod und Trauer» vielschichtig zu beleuchten. Das Auseinandersetzen mit dem Phänomen «Sterben» fördert eine bewusstere Haltung zum Leben.

Eintritt: Kollekte

Termine: www.caritas-luzern.ch/denkraum

Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag

Die gesamte Vorsorgemappe der Caritas sowie einzelne Broschüren wie die Patientenverfügung, den Vorsorgeauftrag, die «Anordnungen für den Todesfall» oder den «Leitfaden zum Testament» können Sie auf unserer Website bestellen:

www.caritas-luzern.ch/vorsorge

Standards und Vorlagen für Freiwilligengruppen

Auf unserer Website finden Sie auch die Caritas-Standards und die Vorlagen für Freiwilligengruppen in der Palliative Care:

www.caritas-luzern.ch/begleitung

Bildungsangebote in Ihrer Region oder Ihrer Institution

Machen Sie die Patientenverfügung, Freiwilligenarbeit und Sterbebegleitung zum Thema. Wir bieten Ihnen dazu fachlich kompetente Referate. Wenden Sie sich bei Interesse an:

begleitung@caritas-luzern.ch

Grundkurs

Die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen erfordert Respekt, Offenheit und Einfühlungsvermögen. Der achttägige Grundkurs deckt ein breites thematisches Feld der Begleitung in der letzten Lebensphase ab. Freiwillige Begleitende sind ein Teil des Netzes der Palliative Care und tragen dazu bei, die Lebensqualität von Sterbenden und ihren Angehörigen möglichst gut zu fördern und zu erhalten. Die Teilnehmenden erfahren im Kurs, wie sie für Menschen am Lebensende da sein können. Gleichzeitig bietet dieser die Möglichkeit, sich mit der eigenen Sterblichkeit und mit Abschied auseinanderzusetzen.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, über den eigenen Lebensweg und die eigenen Erfahrungen mit Sterben, Tod und Trauer zu reflektieren und viel über die Bedürfnisse Sterbender zu erfahren, um diese immer feiner wahrnehmen und unterstützend begleiten zu können. Der Kurs ist sowohl eine persönliche als auch eine fachlich-thematische Weiterbildung.

Kosten: 1500 Franken (50 % Rabatt mit der KulturLegi)

Einige Sterbebegleitgruppen erstatten ihren Mitgliedern nach einem bestimmten Engagement Teile der Kurskosten.

Mehr Informationen zum Grundkurs finden Sie auf unserer Website:

www.caritas-luzern.ch/begleitung

Referierende

Thomas Feldmann

Leiter Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase, Caritas Luzern, lic.theol., Supervisor und Systemtherapeut, Weiterbildung in interdisziplinärer Palliative Care

Heidi Müller

Theologin, Sozialarbeiterin, Pfarrerin im Ruhestand, Begleiterin von Kranken, Sterbenden und Trauernden

Katja Thürig

Pflege- und Palliative-Care-Fachfrau, Coaching für Bewusstsein und Körper in eigener Praxis

Informationsabende

Die kostenlosen Informationsabende bieten Ihnen die Möglichkeit, sich unverbindlich ein klares Bild über den Grundkurs und seine Schwerpunkte in der Sterbebegleitung zu machen. Ausserdem können Sie weitere Teilnehmende kennenlernen.

Grundkurs

Informationsabend: Unverbindliches Reinschnuppern und Kennenlernen

- Übersicht der Inhalte
 - Schwerpunkte in der Sterbebegleitung
 - Gegenseitiges Kennenlernen der Teilnehmenden
-

1. Kurstag: Palliative Care und gesellschaftliche Aspekte des Sterbens

- Grundlagen der Palliative Care
 - Gesellschaftliche Aspekte und persönliche Bedeutung des Sterbens
-

2. Kurstag: Sterbeprozess und Kommunikation

- Phasen des Sterbeprozesses
 - Bedürfnisse Sterbender
 - Kommunikation mit Sterbenden
-

3. Kurstag: Begleitung und Unterstützung

- Begleitung von Sterbenden
 - Einfache pflegerische Handreichungen
 - Handeln in Notfallsituationen und im Todesfall
-

4. Kurstag: Selbstbestimmung und Lebensorientierung

- Rechtliche Grundlagen in der Palliative Care/Sterbehilfe
 - Bedeutung und Handhabung von Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag
 - Meine Wertvorstellungen im Gegenüber
-

5. Kurstag: Spiritualität und Glauben

- Eigenes Verständnis von Spiritualität
 - Elemente einer Spiritualität der Begleitung
 - Gebet und Meditation
-

6. Kurstag: Sterben und Trauern

- Loslassen und Abschied nehmen
 - Der Trauer Ausdruck geben
 - Rituale
-

7. Kurstag: Ressourcen und Grenzen; Angehörige

- Kennen der eigenen Ressourcen und Grenzen
 - Belastung, Bedürfnisse und Begleitung von Angehörigen
-

8. Kurstag: Freiwilligeneinsatz; Kursabschluss

- Meine Rolle als Freiwillige oder Freiwilliger zwischen Patientinnen und Patienten, Angehörigen und Fachpersonal
- Eine Freiwilligengruppe stellt sich vor
- Abschluss, Reflexion und Kursevaluation



Daten und Termine

	GK 60	GK 61	GK 62
Informationsabend	Montag, 18.11.2019	Mittwoch, 29.01.2020	Mittwoch, 17.06.2020
1. Kurstag	Dienstag, 14.01.2020	Mittwoch, 01.04.2020	Montag, 24.08.2020
2. Kurstag	Dienstag, 28.01.2020	Mittwoch, 08.04.2020	Montag, 07.09.2020
3. Kurstag	Dienstag, 11.02.2020	Mittwoch, 29.04.2020	Montag, 21.09.2020
4. Kurstag	Dienstag, 03.03.2020	Mittwoch, 06.05.2020	Montag, 12.10.2020
5. Kurstag	Dienstag, 17.03.2020	Mittwoch, 20.05.2020	Montag, 26.10.2020
6. Kurstag	Dienstag, 31.03.2020	Mittwoch, 03.06.2020	Montag, 09.11.2020
7. Kurstag	Dienstag, 28.04.2020	Mittwoch, 17.06.2020	Montag, 23.11.2020
8. Kurstag	Dienstag, 05.05.2020	Mittwoch, 01.07.2020	Montag, 07.12.2020



Die **Informationsabende** finden von 19.15 Uhr bis 20.45 Uhr bei der Caritas Luzern, Brünigstrasse 25, 6005 Luzern im 2. Stock statt.

Sie sind eine unverbindliche Möglichkeit, mehr über den Grundkurs und seine Schwerpunkte in der Sterbebegleitung zu erfahren.

Die Teilnahme ist kostenlos. Bitte melden Sie sich an:

www.caritas-luzern.ch/grundkurs-infoabend

Die **Kurstage** finden bis auf den 3. Kurstag im «Der MaiHof», Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern statt.

Der **3. Kurstag** findet in den Räumlichkeiten der Spitex Stadt Luzern, Brünigstrasse 20, 6005 Luzern statt.

Begleitung in der letzten Lebensphase

Bildung und Förderung der Einsatzleitenden

Die Caritas Luzern bietet Einsatzleitenden der Sterbebegleitgruppen:

- regelmässige Praxisberatungen zu aktuellen Herausforderungen und Fragen zur Begleitung der Gruppe und der Vernetzung,
- Weiterbildungen nach Bedarf,
- Austauschtreffen mit anderen Einsatzleitenden der jeweiligen Region,
- einen Seminartag,
- moderierte Fallbesprechungen zu schwierigen Begleitungen und
- telefonische Einzelberatung.

Partnerschaften

Die Caritas Luzern arbeitet eng mit den Begleitgruppen für Schwerkranke und Sterbende der Zentralschweiz zusammen.

«In Würde sterben» – Ihre Unterstützung wird gebraucht

Wünschen Sie sich, dass unheilbar kranke und sterbende Menschen in Würde vom Leben Abschied nehmen können? Unterstützen Sie die qualifizierte Ausbildung Freiwilliger, die fachlich kompetente Beratung der Einsatzleitenden und damit indirekt eine gute Begleitung sterbender Menschen mit einer Spende!

Spendenkonto PC 60–4141–0 (Vermerk «In Würde sterben»)

Herzlichen Dank!



CARITAS Luzern

Kontakt

Begleitung in der letzten Lebensphase

Brüningstrasse 25

6002 Luzern

Tel. 041 368 55 04

Fax 041 368 51 01

E-Mail begleitung@caritas-luzern.ch

www.caritas-luzern.ch/begleitung