

**Erste Hilfe nach Unfällen zu leisten, wird in unserer Gesellschaft als eine selbstverständliche Aufgabe angesehen. Doch wie helfen wir Menschen, deren Lebensende gekommen ist?**



Das Lebensende und Sterben macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Uraltes Wissen zum Sterbebegleit ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen. Wir bieten einen kompakten Kurs zur *Letzten Hilfe* an. In diesen *Letzte Hilfe* Kursen lernen interessierte Bürgerinnen und Bürger, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können.

Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, die nicht auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. 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. Wir vermitteln Basiswissen und Orientierungen und einfache Handgriffe.

Die *Letzte Hilfe* Kurse wurden in Österreich und Deutschland entwickelt und erfolgreich erprobt. Die reformierte Landeskirche Zürich ist Lizenznehmerin für die Schweiz.

Weitere Informationen über den Kurs finden sich auf [www.letztehilfe.ch](http://www.letztehilfe.ch)



## Der Letzte Hilfe Kurs

**Der Letzte Hilfe Kurs vermittelt Interessierten das Einmaleins der Sterbebegleitung.**

Was passiert beim Sterben? Wann beginnt das Sterben?  
Wie können wir als Laien unterstützen und begleiten? Wo können wir uns hinwenden, wenn es professionelle Unterstützung benötigt?  
Und vieles mehr.

**Der eintägige Kurs beinhaltet vier Themenschwerpunkte:**

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Körperliche, psychische, soziale und existentielle Nöte lindern
4. Abschied nehmen

**... ein Kurs für alle!**

**Infos:**

Durchführung 5 Stunden, inkl. Pausen  
Getränke und kleines Zvieri werden zur Verfügung gestellt.

**Kursleitung:**

Andreas Hess; Pfr., CAS in Systemtherapie; zertifizierter LH-Kursleiter  
Annemarie Kluser; Pflegefachfrau HF, MAS FHO in Palliative Care;  
zertifizierte LH-Kursleiterin

**Kontakt und Anmeldung:**

Pfr. Andreas Hess  
Dorf 5  
9427 Wolfhalden  
079 235 37 18  
pfarramt@ref-wolfhalden.ch

**Anmeldeschluss:**

10. April 2026

Die Platzzahl ist auf 18 Personen begrenzt.  
Es wird die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen berücksichtigt.

Die Kosten werden von der Appenzellischen Gemeinnützigen Gesellschaft, der Evangelisch-reformierten Landeskirche beider Appenzell sowie der Evangelischen Kirchgemeinde Wolfhalden subventioniert.

Der Kursbeitrag für die Teilnehmenden beträgt 20 Franken.



Evangelisch-reformierte Landeskirche  
beider Appenzell



## Letzte Hilfe Kurs

Umsorgen von schwer  
erkrankten und sterbenden  
Menschen am Lebensende

**Samstag, 25. April 2026**

**13.00 – 18.00 Uhr**

**Evang. Kirchgemeindehaus  
Kirchplatz 3  
9410 Heiden**

Appenzellische Gemeinnützige Gesellschaft

