

# Passage SRK – Lehrgang in Palliative Care

Für Angehörige und Freiwillige: Begleitung von chronisch kranken und sterbenden Menschen



EDUQUA

Croix-Rouge suisse  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Canton de Berne Kanton Bern



## Menschen in der letzten Lebensphase kompetent begleiten

Es ist eine wichtige und anspruchsvolle Aufgabe, die Lebensqualität von Menschen in ihrer letzten Lebenszeit zu erhalten und sie in ihrem Wohlbefinden zu unterstützen. In diesem Lehrgang erfahren Sie, wie Sie Menschen mit einer schweren oder fortgeschrittenen Krankheit unterstützen und im Sterbeprozess begleiten können. Ihnen werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie in dieser sinnstiftenden Tätigkeit mit Ihren eigenen Grenzen umgehen können. Ausserdem erhalten Sie Hinweise, wo Sie Hilfe und Unterstützung finden.

### Für wen ist der Lehrgang?

- Freiwillig Tätige und alle an der Begleitung von chronisch kranken und sterbenden Menschen Interessierte
- Angehörige, die ihre Nächsten beim Sterben begleiten

### Ziel des Lehrgangs

Sie setzen sich mit den wichtigsten Themen der Sterbebegleitung und Trauer auseinander. Sie sind theoretisch wie praktisch darauf vorbereitet, chronisch kranke und sterbende Menschen zu begleiten und deren Wohlbefinden zu unterstützen.

### Inhalt des Lehrgangs

Der Lehrgang vermittelt Grundlagenwissen im Begleiten von chronisch kranken und sterbenden Menschen und ermöglicht dank konkreten Praxiseinsätzen den Wissenstransfer. Er beinhaltet nachstehende Themen:

- **Palliative Care:** Einführung in die Sterbebegleitung. Sich über das eigene Verständnis von Gesundheit, Krankheit, Sterben und Tod bewusst werden. Persönliche Trauer wahrnehmen und Trauerstrategien entwickeln. Informationen über Praxisbesuche.
- **Kommunikation:** Aktives Zuhören. Verbale und nonverbale Kommunikation. Mit Nähe und Distanz umgehen.
- **Körperliches Wohlbefinden:** Symptome und ihre Bedeutung. Einfache Möglichkeiten zur Schmerzlinderung kennen. Sich der eigenen Rolle als aktive Begleitperson bewusst werden.
- **Trauer:** Trauer(phänomene) von betreuten Menschen und ihren Angehörigen erkennen. Sich mit Angst, Hoffnungslosigkeit und Ohnmacht auseinandersetzen.



*«Im Lehrgang habe ich viel über mich selbst gelernt: über meine Grenzen und meine Ressourcen.»*

Karin Schaffer,  
freiwillige Sterbebegleiterin

- **Soziale Beziehungen:** Die Bedeutung sozialer Beziehungen im Umgang mit Schwerkranken und Sterbenden erkennen. Sich mit dem Sterbeprozess auseinandersetzen.
- **Sinnsuche:** Sich mit ethischen und religiösen Fragen auseinandersetzen. Die eigene ethische und religiöse Haltung sowie kulturelle Prägungen erkennen. Rituale entwickeln.
- **Zusammenarbeit:** Kommunizieren in der interdisziplinären Zusammenarbeit.
- **Rechtliches und Lernprozesse:** Rechtliche Grundlagen kennen. Reflexion über Praxiseinsätze und Theorie.

### **Zertifikat**

Bedingungen für das Zertifikat:

- 90 % Teilnahme (Unterrichtszeit)
- Einsatz in der Praxis
- Reflexionsbericht aus der Praxis

Das Zertifikat ermöglicht eine Freiwilligentätigkeit in einer Organisation. Ohne Praxiseinsatz und Reflexionsbericht erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung.

### **Anmerkung**

Für die Teilnahme ist es wichtig, dass Sie nicht selbst in einem aktuellen Trauerprozess stehen oder von einer schweren Krankheit betroffen sind.

### **Leitung**

Erfahrene Pflegefachpersonen, ausgebildet in Erwachsenenbildung



### **Methode**

Wir unterrichten nach den Grundsätzen der Erwachsenenbildung.

### **Dauer**

8 Tage à 6 Stunden und Praxiseinsatz

### **Daten und Orte**

Kursort: SRK-Bildungszentrum Zollikofen  
Die aktuellen Angaben zu Daten und Kosten finden Sie unter [www.srk-bern.ch/passage](http://www.srk-bern.ch/passage) oder auf dem Einlageblatt.

### **Anmeldung**

Online unter [www.srk-bern.ch/passage](http://www.srk-bern.ch/passage) oder über das Anmeldeformular auf dem Einlageblatt in diesem Flyer

*«Im Lehrgang habe ich einfach umsetzbare Tipps erhalten, wie bei Schwerkranken und Sterbenden Schmerz gelindert werden kann.»*

Uschi Binder, pflegende Angehörige

**Croix-Rouge suisse**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Canton de Berne Kanton Bern





*«Ich habe den Lehrgang  
Passage SRK aus mehreren  
Gründen gewählt:*

Einerseits wollte ich mich darauf vorbereiten, als Freiwilliger schwerkranke und sterbende Menschen zu begleiten. Andererseits entstehen beim Sterben vielfältige Wünsche und Bedürfnisse.

Diese möchte ich dereinst beim Sterben nahestehender Menschen besser verstehen, um feinfühlig darauf eingehen zu können. Schliesslich tat es mir gut, mich mit meinem eigenen Leben und meiner Sterblichkeit auseinanderzusetzen.»

Max Herzig, früherer Wirtschaftsinformatiker,  
heute freiwilliger Sterbebegleiter

Sie interessieren sich für den Lehrgang Passage SRK?  
Gerne beraten wir Sie persönlich.

**Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)**

**Kanton Bern**

Bildung SRK

Bernstrasse 162

3052 Zollikofen

Telefon 031 919 09 19

[bildung@srk-bern.ch](mailto:bildung@srk-bern.ch)

Unser gesamtes Kursangebot  
für Freiwillige und weitere  
Interessierte finden Sie unter  
[www.srk-bern.ch/freiwilligenkurse](http://www.srk-bern.ch/freiwilligenkurse)

Online-Anmeldung und  
weitere Informationen unter  
[www.srk-bern.ch/passage](http://www.srk-bern.ch/passage)



**Croix-Rouge suisse**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Canton de Berne Kanton Bern

