



DER LETZTE HILFE KURS IN LEICHTER SPRACHE

Ein neues Angebot für Menschen mit Behinderungen

GEORG BOLLIG, ALEXANDRA HIECK, STEFAN MEYER

Hintergrund, Idee und Verbreitung von Letzte Hilfe Kursen

Ziel des Letzte Hilfe Kurses ist es, die Bevölkerung über die Möglichkeiten der Palliativversorgung zu informieren, zu einem offenen Umgang mit Tod und Sterben beizutragen und alle Menschen zu ermutigen, Schwerkranken und Sterbenden beizustehen (Bollig, 2010; Bollig & Kuklau, 2015; Bollig & Hayes Bauer, 2020).

Obwohl die meisten Menschen zuhause sterben wollen, führt die fehlende Einbindung von Angehörigen oder ambulanten Pflegediensten am Lebensende häufig zur Einweisung in eine stationäre Versorgung (Kern et al., 2007). Einer der Gründe hierfür ist die mangelnde Unterstützung sterbender Menschen durch Angehörige, Freunde oder Nachbarn. Leider trauen viele Menschen es sich nicht zu, Angehörige oder Freunde beim Sterben zuhause zu begleiten. Zum Teil fehlt es auch an Wissen über vorhandene Unterstützungsangebote der ambulanten Palliativversorgung. Dabei geht Umsorgung und Begleitung am Lebensende uns alle an (Kellehaer, 2005) und jeder kann Letzte Hilfe leisten (Bollig, 2010; Bollig & Kuklau, 2015; Bollig & Hayes Bauer, 2020; Letzte Hilfe Deutschland, 2022). Die Idee des Letzte Hilfe Kurses für die Bevölkerung

wurde erstmals 2008 von Georg Bollig beschrieben (Bollig, 2010). Letzte Hilfe Kurse für Erwachsene mit 4 Modulen (jedes 45 Minuten) gibt es in Deutschland bereits seit 2015 und seit 2018 auch speziell angepasste Kurse für Kinder und Jugendliche im Alter von 8-16 Jahren. Mittlerweile gibt es Letzte Hilfe Kurse weltweit, aktuell in 20 Ländern in Europa, in Brasilien, Australien und Kanada (Bollig & Kuklau, 2015; Bollig & Zelko, 2022).

Letzte Hilfe Kurs in Leichter Sprache

Angeregt durch einige Letzte Hilfe Kurs Anfragen von Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen startete Alexandra Hieck für die diakonische Einrichtung Bethel.regional in Dortmund 2019 gemeinsam mit weiteren Kollegen mit einem ersten Entwurf in Leichter Sprache. Ab 2020 wurde der Entwurf durch eine Arbeitsgruppe der Letzte Hilfe Deutschland gGmbH mit Experten aus der Palliativversorgung, Behindertenhilfe, Seelsorge und dem Bildungsbereich unter Leitung von Stefan Meyer und in Kooperation mit einem Büro für Leichte Sprache in Bielefeld (proWerk Bethel), dem Hospizdienst Bonn Lighthouse, Menschen mit Behinderungen und Eltern weiterentwickelt. Aufgrund der bestehenden COVID-19 Pandemie fanden alle Treffen online als Video-Meeting statt. Vorteil dieser

Methode war die Möglichkeit, viele Experten aus ganz Deutschland ohne Reisezeiten und Reisekosten zusammenbringen zu können.

Diese multiprofessionelle und -institutionelle Zusammenarbeit mündete schließlich in dem Letzte Hilfe Kurs in Leichter Sprache mit 4 Modulen zu je 45 Minuten.

Die Module haben folgende Themen und Schwerpunkte:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Ein Mensch ist gestorben

Der Kurs wird in der Regel in Präsenz mit einer Gruppe von 6-12 Kursteilnehmenden und zwei zertifizierten Kursleiterinnen/Kursleitern sowie oft in Begleitung von Betreuerinnen/Betreuern oder Lehrerinnen/Lehrern gehalten. Diese Begleitung ist sinnvoll, um ggf. offene Fragen nach dem Kurs noch einmal zu besprechen. Der Kurs kann Teilnehmende zudem motivieren, sich mit ihrer eigenen Vorsorgeplanung und Patientenverfügung zu beschäftigen. Hier braucht es häufig die Unterstützung durch Verwandte, Freunde, Lehrerinnen/Lehrer und Betreuende. Normalerweise wird der Kurs an einem Tag abgehalten, es gibt jedoch auch die Möglichkeit, diesen für Menschen mit Konzentrations- oder Aufmerksamkeitsschwierigkeiten auf zwei bis vier Tage zu verteilen.

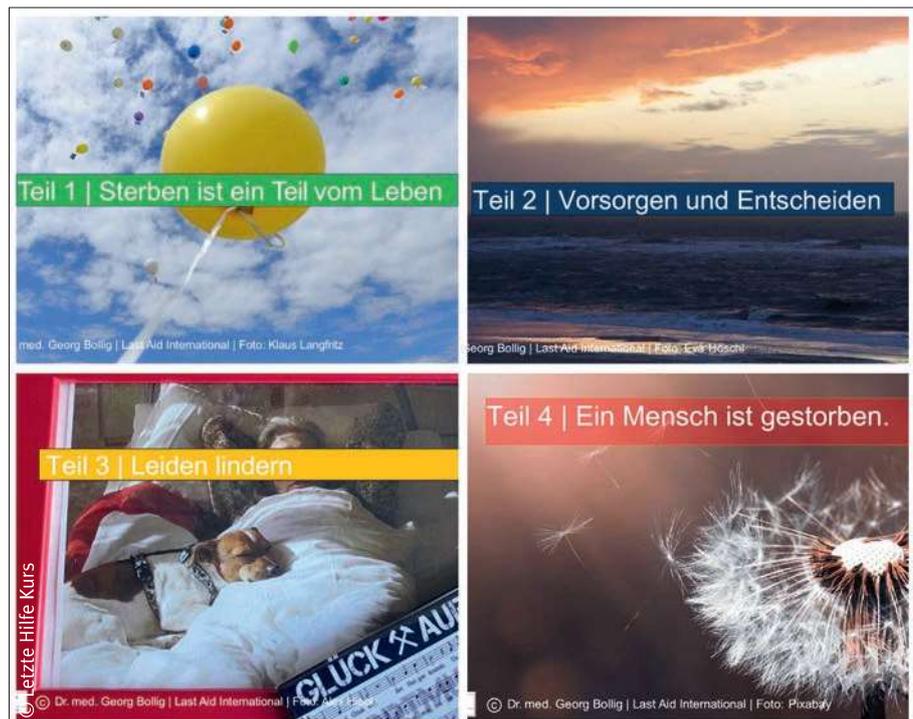
Die im Kurskonzept angewandte Methode der Leichten Sprache basiert unter anderem auf kurzen Sätzen, einfacher Sprache, wenigen Wörtern auf den Präsentationsfolien, klarer Struktur und Bildern, die die Sprache ergänzend dar-

stellen. Eine Prüfgruppe des Büros für Leichte Sprache hat die Präsentation Korrektur gelesen. Die Einführung der Kurse wird wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Leider hat die COVID-19 Pandemie den Start der Pilotkurse stark verzögert.

Erste Erfahrungen

Die ersten Erfahrungen mit dem Letzte Hilfe Kurs in Leichter Sprache sind durchweg positiv. Insbesondere die praktischen Möglichkeiten in der Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen, die im Kurs besprochen und ausprobiert wurden, wie z. B. eine wohltuende Handmassage, wurden positiv bewertet. Als wichtig erwies es sich, nach jedem Modul eine Pause zu machen und für Getränke und kleine Snacks zur Stärkung zu sorgen. Ebenfalls stellte es sich als wichtig heraus, Zeit und Raum für Gefühle einzuplanen, insbesondere im Modul 4.

Die Betreuerin einer Wohngruppe meldete nach dem Kurs zurück, dass die Teilnehmenden es als sehr positiv erlebt haben, eine „Letzte Hilfe Box“ mit Utensilien zum praktischen Ausprobieren und thematischen Nacharbeiten zu erhalten (da die ak-



tuelle Pandemielage eine Ausführung der Mundpflege vor Ort nicht erlaubte). Zuhause angekommen, wurde den Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern direkt vom Kurs berichtet und die Box voller Stolz präsentiert und intensiv getestet.

Aktuell finden zahlreiche Pilotkurse statt, die durch Mitglieder der Arbeitsgruppe in verschiedenen Einrichtungen abgehalten werden. Nach der Evaluation der Pilotveranstaltungen wird das Curriculum und die Kurspräsentation unter Berücksichtigung der Wünsche und Kommentare der Teilnehmenden und Kursleiterinnen/Kursleiter weiter angepasst. Kursleiterschulungen für zukünftige Kursleitende sind für 2022 bereits geplant.

Mehr Informationen zu Letzte Hilfe Kursen finden sich unter: www.letztehilfe.info

Literatur

- Bollig, G.** (2010). Palliative Care für alte und demente Menschen lernen und lehren. Wien: LIT-Verlag.
- Bollig, G., Kuklau, N.** (2015). Der Letzte Hilfe Kurs - ein Angebot zur Verbesserung der allgemeinen ambulanten Palliativversorgung durch Information und Befähigung von Bürgerinnen und Bürgern. Zeitschrift für Palliativmedizin, 16:210-216.
- Bollig, G., Hayes Bauer, E.** (2020). Last Aid Courses as measure for public palliative care education – a narrative review. Annals of Palliative Medicine 10(7):8242-8253.
- Bollig, G., Zelko, E.** (2022). Last Aid Research results and LARGE research group. EAPC webinar Public Palliative Care Education 13th January 2022. <https://www.eapcnet.eu/eapcgroups/task-forces/last-aid/> (Zugriff 10.02.2022).
- Kellehear, A.** (2005). Compassionate Cities. Public Health and End of Life Care. London: Routledge.
- Kern, M., Wessel, H., Ostgathe, C.** (2007). Ambulante Palliativbetreuung – Einflussfaktoren auf eine stationäre Einweisung am Lebensende. Zeitschrift für Palliativmedizin, 8:155-161.
- Letzte Hilfe Deutschland gGmbH.** www.letztehilfe.info (Zugriff 10.02.2022).



Dr. med. Georg Bollig

PhD, MAS Palliative Care, DEAA,
Klinik für Anästhesie, Intensivmedizin, Schmerztherapie und Palliativmedizin,
HELIOS Klinikum, Schleswig
Geschäftsführer von Letzte Hilfe Deutschland gGmbH
Gründer von Last Aid International
bollig.georg@gmx.de



Alexandra Hieck

Pflegefachkraft für Palliative Care, Management im Sozial- und Gesundheitswesen B.A.
Case Managerin (DGCC)
Kordinatorin, Ambulanter Hospizdienst Johannes-Hospiz, Münster & Projektstelle Hospiz Am Ostpark, Dortmund (Bethel.regional)
a.hieck@johannes-hospiz.de



Stefan Meyer

Diakon, MAS Palliative Care
Geschäftsführer der Akademie für Hospizarbeit und Palliativmedizin, Nürnberg
Geschäftsführer bei Letzte Hilfe Deutschland gGmbH.
meyer@hospiz-team.de