

Letzte Hilfe Kurse - Menschen am Lebensende begleiten – für Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche

quartier.life | Version 1.0 | Oktober 2026

Annes Welt – Bausteine für Sorgende Gemeinschaften

Annes Welt unterstützt Menschen dabei, Sorgende Gemeinschaften in Quartieren und Kommunen zu gestalten. Annes Welt verbindet die Novelle „Die Quartiersfrau“ mit praxisnahem Wissen, Praxisbeispielen und Angeboten, einer Online-Schulung, dem KI-Coach Anne sowie einer digitalen Quartiers-Plattform.

Das vorliegende Dokument ist Teil dieser Wissenswelt und bietet Anregungen und Hilfestellungen für die Arbeit vor Ort.

Entdecke alle Bausteine auf quartier.life

0. Fachliche Einordnung und Umsetzungswege

Grundidee des Angebotes

Letzte Hilfe Kurse vermitteln grundlegendes Wissen über Sterben, Tod und die Begleitung am Lebensende. Sie sollen Menschen ermutigen, schwerkranken und sterbenden Menschen beizustehen und Unterstützung hinzuzuziehen.

Das von Georg Bollig entwickelte Kurskonzept umfasst vier Themenbereiche: Sterben als Teil des Lebens, Vorsorge und Entscheidungen, Linderung von Leiden sowie Abschiednehmen. Die Kurse richten sich an die Bevölkerung und werden durch entsprechend qualifizierte Kursleitende vermittelt. [Q1]

Zwei Varianten des Angebotes

Neben dem allgemeinen Kurs für Erwachsene gibt es **„Letzte Hilfe Kids & Teens“ für Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren**. Dieses Angebot greift dieselben Grundthemen auf und vermittelt sie altersgerecht, praktisch und interaktiv. Es kann beispielsweise in Schulen, Jugendgruppen oder Vereinen stattfinden. [Q2]

Für die örtliche Planung sollten beide Varianten eigenständig vorbereitet werden. Ein gemeinsamer Kurs für alle Altersgruppen ist nicht das hier beschriebene Grundmodell.

Umsetzungswege

Umsetzungsweg	Beschreibung
1. Bestehenden Kursanbieter ins Quartier holen	Ein Hospizdienst oder anderer geeigneter Anbieter übernimmt die fachliche Durchführung. Die örtliche Initiative organisiert Raum, Ansprache und Anmeldung.
2. Teilnahme an vorhandenen Kursen ermöglichen	Interessierte werden über bestehende Termine informiert und bei Bedarf beim Zugang unterstützt.

Umsetzungsweg	Beschreibung
3. Eigene Kursleitende qualifizieren lassen	Eine Organisation baut dauerhaft eigene Durchführungsmöglichkeiten auf. Dafür sind die jeweiligen Voraussetzungen und die Qualifizierung durch Letzte Hilfe Deutschland maßgeblich.

Schwerpunkt dieses Dokumentes

Beschrieben wird die **örtliche Organisation in Zusammenarbeit mit einem bestehenden Kursanbieter**. Dieser Weg ermöglicht einen Einstieg, ohne vor Ort zunächst eine eigene fachliche Ausbildungsstruktur aufzubauen.

Fachliche Abgrenzung

Das Angebot vermittelt Orientierung und alltagsnahes Wissen. Es ersetzt keine medizinische Versorgung, individuelle Beratung oder persönliche Trauerbegleitung. Ebenso ist es keine vollständige Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizbegleitung.

Bei Kindern und Jugendlichen gilt besonders: Sie dürfen Anteil nehmen und Unterstützungsmöglichkeiten kennenlernen. Daraus darf keine Verpflichtung entstehen, Pflege oder Verantwortung für das Wohlergehen Erwachsener zu übernehmen.

1. Orientierung

Handlungsfelder: Sorgende Gemeinschaft, Hospiz- und Palliativversorgung, Unterstützung von Zu- und Angehörigen, Bildung, Ehrenamt und generationenübergreifendes Verständnis

Leitfrage: Wie können Menschen im Quartier Sicherheit gewinnen, wenn sie schwerkranken oder sterbenden Menschen begegnen und sie begleiten möchten?

Angebot auf einen Blick

Merkmal	Inhalt
Name	Letzte Hilfe Kurse
Kurzbeschreibung	Grundlegende Information und Ermutigung zur Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen
Umsetzungsweg	Zusammenarbeit mit einem bestehenden Kursanbieter
Art des Angebotes	Bildungs- und Orientierungsangebot
Primäres Bedürfnis	Verstehen, Unsicherheiten ansprechen und angemessen beistehen können
Zielgruppe Erwachsene	Interessierte Bürgerinnen und Bürger, Zu- und Angehörige sowie ehrenamtlich Engagierte
Zielgruppe Kids & Teens	Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren

Merkmal	Inhalt
Teilnahme-voraussetzungen	Keine pflegerische Vorbildung; aktuelle persönliche Belastungen bei Bedarf vertraulich vorab besprechen
Umfang	Vier Module zu jeweils 45 Minuten; zusätzliche Zeit für Pausen und Organisation einplanen
Zeitliche Organisation	Kompakter Einzelkurs; örtlich beispielsweise mehrmals jährlich für neue Teilnehmende anbieten
Gruppengröße	Im allgemeinen Kurs laut Anbieter in der Regel 6 bis höchstens 20 Personen; Kindergruppen gesondert abstimmen
Vorbereitungszeit	Empfehlung: etwa 4 bis 8 Wochen; bei Schulen gegebenenfalls längerer Vorlauf
Zugänglichkeit	Verständliche Einladung, erreichbarer Veranstaltungsort und persönliche Kontaktmöglichkeit
Teilnahmekosten	Allgemeiner Kurs laut Anbieter kostenfrei oder bis höchstens 20 Euro; Kids & Teens kostenfrei
Örtlicher Aufwand	Überschaubar bei externer Kursleitung; zusätzliche Vorbereitung bei Kinder- und Jugendgruppen
Übertragbarkeit	Bundesweit möglich, abhängig von verfügbaren Kursleitenden
Angestrebtes Ergebnis	Mehr Orientierung und Kenntnis erreichbarer Unterstützungsangebote
Weiterführende Angebote	Hospizdienst, Palliativberatung, Trauerbegleitung und gegebenenfalls Qualifizierung für Hospizehrenamt

Die Angaben zu Umfang, allgemeiner Gruppengröße und Teilnahmebeitrag stammen aus den Anbieterinformationen. Vorlauf und Wiederholungsrhythmus sind Empfehlungen für die örtliche Planung. [Q2, Q3]

2. Kurzbeschreibung

Ein Letzte Hilfe Kurs schafft einen zugänglichen Rahmen, um über die letzte Lebensphase zu sprechen. Menschen können Fragen stellen, eigene Unsicherheiten ansprechen und kennenlernen, welche Unterstützung im persönlichen Umfeld möglich ist.

Eine örtliche Initiative bringt dafür einen erfahrenen Kursanbieter mit Menschen aus dem Quartier zusammen. Der Kurs kann beispielsweise im Nachbarschaftshaus, in einer Volkshochschule, einem Gemeindezentrum oder einem Betrieb stattfinden.

Für Kinder und Jugendliche wird ein eigener, altersgerecht gestalteter Kurs organisiert. Hier stehen ihre Fragen und ihre Lebenswelt im Mittelpunkt. Die Zusammenarbeit mit Schule, Jugendgruppe und Sorgeberechtigten wird frühzeitig vorbereitet.

Beide Varianten sollen einen offenen Zugang ermöglichen. Persönliche Erfahrungen dürfen eingebracht werden, müssen aber nicht öffentlich erzählt werden.

3. Warum ist das Angebot sinnvoll?

Wer mit schwerer Krankheit oder Sterben im eigenen Umfeld konfrontiert wird, hat häufig viele Fragen: Was kann ich sagen? Ist meine Anwesenheit hilfreich? Wen kann ich um Unterstützung bitten?

Ein Kurs kann einen ersten Gesprächsraum schaffen, bevor eine konkrete Situation drängend wird. Für die Quartiersarbeit ist dabei besonders wertvoll, dass Kontakte zwischen Bevölkerung und örtlichen Hospiz- und Palliativangeboten entstehen.

Auch Kinder begegnen Krankheit, Tod und Trauer – etwa in der Familie, im Freundeskreis oder durch Nachrichten. Ein vorbereitetes Bildungsangebot kann ihnen Gelegenheit geben, Fragen zu stellen, ohne dass erst ein akuter Trauerfall zum Anlass werden muss.

Für eine Sorgende Gemeinschaft bietet das Angebot einen konkreten Zugang zu einem anspruchsvollen Thema: Wie bleiben Menschen auch in ihrer letzten Lebensphase Teil unserer Gemeinschaft?

4. Für wen eignet sich das Angebot?

Erwachsene

Für die örtliche Ansprache kommen insbesondere infrage:

- Menschen, die sich grundsätzlich mit dem Lebensende beschäftigen möchten,
- Zu- und Angehörige schwerkranker Menschen,
- Nachbarinnen, Nachbarn und Freundeskreise,
- freiwillig Engagierte,
- Mitglieder von Vereinen und Kirchengemeinden,
- Mitarbeitende, die im Alltag Menschen und Familien begegnen.

Eine aktuell schwerkranke Person im eigenen Umfeld ist keine Voraussetzung. Bei einer akuten Belastung sollte vorab geklärt werden, ob ein Gruppenkurs gerade passend ist oder zunächst persönliche Unterstützung gebraucht wird.

Kinder und Jugendliche

Für die örtliche Organisation eignen sich bestehende Gruppen mit vergleichbarem Entwicklungsstand. Achtjährige und Sechzehnjährige sollten nicht allein wegen der gemeinsamen Altersgrenze automatisch zusammengefasst werden.

Ein kürzlich erlebter Verlust ist kein pauschaler Ausschlussgrund. Er sollte jedoch bei der Vorbereitung vertraulich berücksichtigt werden. Ein Kurs nach einem Todesfall in einer Schulklasse braucht eine besonders sorgfältige Abstimmung und ersetzt keine Krisenbegleitung.

Wichtige Unterschiede

Aspekt	Erwachsene	Kinder und Jugendliche
Lebenswelt	Eigene Vorsorge, Begleitung im persönlichen Umfeld und Fragen zu Unterstützung	Erfahrungen und Fragen aus Familie, Schule und Freizeit
Vermittlung	Verständliche Information, Austausch und praktische Elemente	Entwicklungsangemessene Sprache, Spiele, Anschauungsmaterial und Interaktion
Vorsorge	Eigene Wünsche und Entscheidungen können stärker im Vordergrund stehen	Gefühle, Mitsprechen, Unterstützung durch Erwachsene und persönliche Grenzen
Organisation	Direkte Anmeldung und Information der Teilnehmenden	Zusätzliche Abstimmung mit Einrichtung und Sorgeberechtigten
Begleitung danach	Hinweise auf Beratung, Hospizdienste und Trauerangebote	Verlässliche erwachsene Ansprechpersonen und gegebenenfalls Kindertrauerangebote

Die unterschiedliche inhaltliche Gewichtung wird auch in der veröffentlichten Untersuchung zum Kids- & Teens-Konzept beschrieben. Die organisatorischen Hinweise sind Empfehlungen für die örtliche Umsetzung. [Q6]

5. Rahmenbedingungen und Kooperation

Fachlicher Anbieter und Kursleitung

Die örtliche Initiative sollte einen Anbieter auswählen, der das jeweilige Kursformat durchführen kann.

Für das allgemeine Kursformat nennt Letzte Hilfe Deutschland zwei zertifizierte Kursleitende im Tandem; mindestens eine Person muss ärztlich oder als Pflegefachkraft qualifiziert sein. Für Kids & Teens gelten gesonderte Voraussetzungen. Eine Qualifizierung für Erwachsenenangebote darf deshalb nicht automatisch als ausreichende Vorbereitung für Kinderkurse angenommen werden. [Q4]

Raum und Atmosphäre

Empfehlenswert sind:

- ein ruhiger, gut erreichbarer Raum,
- eine Sitzordnung, die Gespräche ermöglicht,
- ausreichend Platz für praktische Elemente,
- Getränke und verlässliche Pausen,
- eine Möglichkeit, sich vorübergehend zurückzuziehen.

Eine vertraute Umgebung kann den Zugang erleichtern. Gleichzeitig sollte der Raum ausreichend ungestört sein.

Zusätzliche Vorbereitung bei Kids & Teens

Mit Schule oder Jugendorganisation werden insbesondere besprochen:

- Information der Sorgeberechtigten,
- erforderliche Einverständnisse nach den Regeln der Einrichtung,
- Aufsicht und Anwesenheit pädagogischer Bezugspersonen,
- Umgang mit bekannten aktuellen Belastungen,
- Rückzugsmöglichkeiten während des Kurses,
- Ansprechpersonen nach dem Termin.

Kinder sollen nicht zum Erzählen persönlicher Erlebnisse oder zur Teilnahme an einzelnen Übungen gedrängt werden. Bei einer Einbindung in den Unterricht ist vorab zu klären, welche geeignete Alternative bei Überforderung möglich ist.

Finanzierung

Die örtliche Organisation sollte möglichst eine kostenfreie Teilnahme ermöglichen. Dafür sind Referentenkosten, Fahrtkosten, Raum, Material und Verpflegung vor der Einladung abzustimmen.

Kostenfreiheit für Teilnehmende bedeutet nicht, dass die Durchführung ohne Aufwand erfolgt. Die Finanzierung kann beispielsweise durch den Kursanbieter, einen örtlichen Träger, Sachleistungen oder Spenden ermöglicht werden.

Zusammenarbeit im Quartier

Mögliche Partner sind ambulante Hospizdienste, Hospize, Palliativnetzwerke, Volkshochschulen, Schulen, Jugendverbände, Kirchengemeinden und kommunale Begegnungsorte.

Die Koordination sorgt dafür, dass örtliche Kontaktinformationen aktuell bleiben.

6. Beteiligte und Rollen

Rolle	Aufgabe
Örtlicher Träger	Sichert organisatorischen Rahmen und Finanzierung.
Örtliche Koordination	Organisiert Termin, Raum, Ansprache, Anmeldung und Nachbereitung.
Kursanbieter	Klärt Format, Durchführungsvoraussetzungen und Materialien.
Zertifizierte Kursleitende	Verantworten die fachliche und methodische Durchführung.
Schule oder Jugendorganisation	Stimmt bei Kids & Teens Gruppenzusammensetzung, Aufsicht und pädagogische Begleitung ab.
Sorgeberechtigte	Werden informiert und erhalten eine Kontaktmöglichkeit für Fragen.
Teilnehmende	Bringen freiwillig Fragen und Erfahrungen ein.
Beratungs- und Begleitangebote	Stehen für weitergehende Anliegen nach dem Kurs zur Verfügung.

7. Vorbereitung

Schritt 1: Bedarf und Zielgruppe klären

- Interesse im Quartier aufnehmen.
- Erwachsenenangebot oder Kids & Teens auswählen.
- Vorhandene Kurse und mögliche Kooperationspartner prüfen.
- Einen offenen Kurs oder eine Veranstaltung für eine bestehende Gruppe planen.

Schritt 2: Fachlichen Anbieter ansprechen

- Zielgruppe und möglichen Zeitraum nennen.
- Verfügbarkeit geeigneter Kursleitender klären.
- Format, Gruppengröße und Raumanforderungen abstimmen.
- Kosten und Zuständigkeiten vereinbaren.

Schritt 3: Termin und Ort sichern

- Gesamtdauer einschließlich Pausen bestätigen lassen.
- Einen gut erreichbaren Raum reservieren.
- Technik und benötigte Ausstattung abstimmen.
- Organisatorische Ansprechperson und Vertretung benennen.

Schritt 4: Einladung vorbereiten

- Ziel und Inhalte verständlich beschreiben.
- Persönliche Vorerfahrungen nicht voraussetzen.
- Kosten, Anmeldung und Zugänglichkeit nennen.
- Bei Kids & Teens eine passende Elterninformation ergänzen.

Schritt 5: Besondere Bedürfnisse berücksichtigen

- Sprachliche und räumliche Zugänge erfragen.
- Aktuelle Belastungen bei Bedarf vertraulich besprechen.
- Rückzug und Unterstützung während des Termins klären.
- Bei Kindergruppen pädagogische Begleitung und Aufsicht abstimmen.

Schritt 6: Anschluss vorbereiten

- Regionale Hospiz- und Beratungsangebote zusammenstellen.
- Ansprechpersonen für weitergehende Fragen benennen.
- Teilnahmeunterlagen mit dem Anbieter abstimmen.
- Eine kurze Rückmeldung nach dem Kurs vorsehen.

8. Inhalte der Kurse

Beide Varianten bestehen aus vier Modulen zu jeweils 45 Minuten. Einschließlich Pausen sollte für die örtliche Planung ungefähr ein halber Tag vorgesehen werden; die genaue Gesamtdauer wird mit dem Anbieter vereinbart. [Q1, Q5]

Modul 1: Sterben ist ein Teil des Lebens

Das erste Modul eröffnet den Zugang zum Thema. Es geht um die letzte Lebensphase und darum, welche Rolle Menschen im persönlichen Umfeld übernehmen können.

Modul 2: Vorsorgen und Entscheiden

Dieses Modul beschäftigt sich mit Wünschen, Vorsorge und Entscheidungen.

Modul 3: Leiden lindern

Im Mittelpunkt stehen Belastungen am Lebensende sowie Möglichkeiten des Beistehens und Unterstützens.

Modul 4: Abschied nehmen

Das abschließende Modul greift Abschied, Trauer und den Umgang mit dem Tod auf.

Diese vier Module bilden das festgelegte Grundgerüst des Angebotes. Die örtliche Organisation stimmt Ergänzungen mit der Kursleitung ab, statt ein eigenes Curriculum unter demselben Namen zu entwickeln. [Q1]

Altersgerechte Umsetzung bei Kids & Teens

Das Kinder- und Jugendformat nutzt unter anderem Gespräch, Spiel, Film und praktische Interaktion. Die konkrete Auswahl richtet sich nach dem Alter der Gruppe. Die offizielle Angebotsbeschreibung sieht zwei für Kids & Teens zertifizierte Kursleitende vor. [Q5]

Für die örtliche Vorbereitung ist besonders wichtig, dass Kinder ihre Grenzen benennen dürfen. Hilfreiche Leitfragen an den Anbieter sind:

- Wie werden unterschiedliche Vorerfahrungen berücksichtigt?
- Welche Möglichkeiten zum Aussetzen einzelner Übungen gibt es?
- Wie werden religiöse und nichtreligiöse Sichtweisen aufgegriffen?
- Wer bleibt nach dem Kurs für Fragen erreichbar?

Örtliche Ergänzung

Eine kurze Übersicht erreichbarer Unterstützung kann den Kurs praktisch ergänzen. Empfehlenswert ist eine Seite mit wenigen geprüften Kontakten. Ausführliche Vorstellungen einzelner Einrichtungen sollten die vorgesehene Kurszeit nicht verdrängen.

9. Durchführung – Schritt für Schritt

Schritt 1: Raum und Materialien vorbereiten

- Sitzordnung und Technik prüfen.
- Getränke und Pausenmöglichkeiten bereitstellen.
- Rückzugsort und Ansprechpersonen abstimmen.

- Regionale Informationsblätter bereitlegen.

Schritt 2: Kursleitende empfangen

- Ablauf und organisatorische Aufgaben abgleichen.
- Notwendige Informationen vertraulich weitergeben.
- Bei Kindergruppen die pädagogische Begleitung einbeziehen.

Schritt 3: Teilnehmende willkommen heißen

- Orientierung zu Ablauf und Pausen geben.
- Einen respektvollen Umgang vereinbaren.
- Freiwilligkeit persönlicher Beiträge verdeutlichen.
- Möglichkeiten für vertrauliche Fragen nennen.

Schritt 4: Fachliche Durchführung begleiten

- Kursleitung bei den vereinbarten Fachpersonen belassen.
- Organisatorische Störungen auffangen.
- Pausen und Rückzug ermöglichen.
- Persönliche Anliegen nicht ungefragt im Plenum vertiefen.

Schritt 5: Weiterführende Unterstützung zugänglich machen

- Vereinbarte regionale Kontakte bereitstellen.
- Auf Wunsch ein anschließendes Gespräch ermöglichen.
- Bei Kindern die zuständige Bezugsperson einbeziehen, wenn weitere Unterstützung erforderlich ist.

Schritt 6: Gemeinsam abschließen

- Offene Fragen aufnehmen.
- Rückmeldung ermöglichen.
- Teilnahmeunterlagen nach Absprache ausgeben.
- Einen klaren, ruhigen Abschluss gestalten.

10. Abschluss und Weiterführung – Schritt für Schritt

Schritt 1: Rückmeldungen aufnehmen

Die Koordination stimmt mit dem Anbieter ab, wie Rückmeldungen erhoben werden. Ergänzende örtliche Fragen sollten kurz bleiben: War der Zugang einfach? Was fehlt für die weitere Orientierung?

Schritt 2: Persönliche Anliegen weiterleiten

Bei Bedarf werden passende Kontakte vermittelt. Eine Weitergabe persönlicher Angaben erfolgt nur nach entsprechender Abstimmung.

Schritt 3: Bei Kindergruppen nachbesprechen

Empfehlenswert ist ein zeitnaher Austausch zwischen Kursleitung und pädagogischer Bezugsperson. Dabei geht es um weiterführende Fragen und erforderliche Unterstützung. Persönliche Aussagen einzelner Kinder werden nicht zu einer allgemeinen Auswertung für Eltern oder die gesamte Gruppe gemacht.

Schritt 4: Organisation auswerten

- Waren Zielgruppe und Format passend?
- Reichten Raum und Zeit aus?
- Funktionierte die Zusammenarbeit?
- Welche Hürden erschwerten die Teilnahme?

Schritt 5: Weitere Termine planen

Der Kurs wird für neue Teilnehmende erneut angeboten, wenn Bedarf und Kapazitäten vorhanden sind. Möglich sind beispielsweise zwei offene Erwachsenenangebote im Jahr und gesondert vereinbarte Termine mit Schulen oder Jugendgruppen.

Schritt 6: Anschlussangebote bekannt machen

Interessierte erhalten Hinweise auf Beratung, Trauerbegleitung oder Hospizehrenamt. Aus einer Kursteilnahme entsteht keine Verpflichtung, sich anschließend zu engagieren.

11. Erfolgsfaktoren

- Klare Zielgruppe und passendes Kursformat.
- Geeignete, entsprechend zertifizierte Kursleitende.
- Persönliche und verständliche Einladung.
- Ruhiger Raum und ausreichend Pausen.
- Offenheit für unterschiedliche Lebensentwürfe und Überzeugungen.
- Freiwilligkeit persönlicher Beiträge.
- Klare Möglichkeiten zum Rückzug.
- Bei Kids & Teens sorgfältige Vorbereitung mit der Einrichtung.
- Erreichbare Unterstützung nach dem Kurs.
- Verlässliche Zusammenarbeit zwischen Fachanbieter und örtlicher Koordination.

12. Typische Stolpersteine

- Verwechslung des Kurses mit einer vollständigen Hospizausbildung.
- Durchführung durch Personen ohne passende Kursqualifizierung.
- Übernahme des Erwachsenenformats für Kinder ohne Anpassung.
- Zu große Altersspanne innerhalb einer Kindergruppe.
- Unvorbereiteter Einsatz nach einem akuten Todesfall.
- Druck, persönliche Verlusterfahrungen zu erzählen.
- Zu wenig Zeit für Pausen und Fragen.

- Religiöse oder weltanschauliche Aussagen als einzig gültige Antwort.
- Unklare Verantwortung für Aufsicht und Nachbetreuung.
- Zusätzliche Vorträge, die das Kurskonzept überladen.
- Ungeklärte Veranstalterkosten.
- Fehlende Ansprechpersonen nach dem Termin.

13. Materialien und Arbeitshilfen

Organisation

- Aufgabenübersicht für Anbieter und örtliche Koordination.
- Termin-, Raum- und Technikcheckliste.
- Kostenvereinbarung.
- Anmeldeübersicht und erforderliche Datenschutzhinweise.

Information und Ansprache

- Einladung für Erwachsene.
- Gesonderte Information für Kinder und Jugendliche.
- Elterninformation.
- Kurzinformation für Schule oder Jugendorganisation.
- Angaben zu Dauer, Zugang und Kontakt.

Durchführung

- Aktuelle Materialien des jeweiligen Kursanbieters.
- Vereinbarte Präsentations- und Anschauungsmaterialien.
- Übersicht regionaler Hilfen.
- Teilnahmeunterlagen und abgestimmte Rückmeldung.

Nachbereitung

- Kurze Reflexionsfragen für das Organisationsteam.
- Kontaktübersicht zu Beratung und Trauerbegleitung.
- Bei Kids & Teens eine vereinbarte Ansprechperson für spätere Fragen.
- Planung möglicher Folgetermine.

Quellen und offizielle Informationen

[Q1] [Letzte Hilfe Deutschland – Grundidee und Kursinhalte](#)

[Q2] [Letzte Hilfe Kids & Teens](#)

[Q3] [Häufige Fragen – Dauer, Kosten und Gruppengröße](#)

[Q4] [Informationen zur Kursleitung](#)

[Q5] [Offizielle Angebotsbeschreibung Kids & Teens](#)

[Q6] [Bollig und weitere: Untersuchung zu Letzte Hilfe Kids & Teens, Children 2024](#)

Aktuelle Termine: [Kursübersicht](#)

Quellenstand: 14. September 2026.

14. Ein letzter praktischer Tipp von Anne

Vielleicht beginnt eine gute Einladung mit einer Frage, die viele Menschen kennen: „Was kann ich tun, wenn jemand in meinem Umfeld schwer krank ist und mir die Worte fehlen?“

Man muss nicht schon eine Antwort haben, um einen Letzte Hilfe Kurs zu besuchen. Es darf Unsicherheit geben. Und es darf erleichternd sein, diese Unsicherheit mit anderen zu teilen.

Bei Kindern würde ich besonders aufmerksam zuhören. Welche Frage stellen sie tatsächlich? Was möchten sie wissen? Manchmal brauchen sie eine verständliche Antwort auf etwas ganz Konkretes und keine lange Erklärung.

Für mich gehört zu einer Sorgenden Gemeinschaft, dass wir auch für die letzte Lebensphase Worte und erreichbare Unterstützung finden. Ein solcher Kurs kann dafür einen Anfang schaffen. Vielleicht bleibt danach vor allem ein Gedanke: Ich darf da sein, auch wenn ich nicht alles lösen kann.

Mit Anne weiterarbeiten

Sie möchten eine Sorgende Gemeinschaft in Ihrem Sozialraum gestalten? Sie suchen eine individuelle Beratung, die Ihre konkrete Ausgangslage berücksichtigt?

Unser KI-Coach Anne unterstützt Sie bei Ihrem Vorhaben. Anne bündelt das für Ihr Vorhaben relevante Wissen zu politischen Rahmenbedingungen, Förderprogrammen, guten Praxisbeispielen, Methoden und Werkzeugen – und begleitet Sie und Ihr Quartier Schritt für Schritt bei der Entwicklung passender Lösungen.