

palliedX – Massive Open Online Course (MOOC) zum Sterbefasten

Erfahrungsbericht zur Erstellung des frei zugänglichen Online-Kurses «Basiskurs Sterbefasten»

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	3
Kontext und Ausgangslage	6
Idee und Konzept	8
Projektziele	9
Idee und Innovationsgehalt	9
Spezifischer Nutzen für die angesprochenen Personengruppen	10
Planungsgeschichte	11
Zusammenarbeit und Rollen der beteiligten Personen	12
Projektverlauf	13
Realisierung und Finanzierung	14
Kursbeschreibung	16
Verfügbarkeit	17
Ablauf	18
Sichtbarkeit und Vertrieb	19
Erkenntnisse und Würdigung	21
Fazit und Ausblick	23
Impressum	25

Titelbild: Die Illustration zeigt, wie das Sterbefasten Patient:innen, Angehörige und Gesundheitsfachpersonen vor komplexe Fragen stellt. Zwischen persönlichem Entscheid, institutionellen Abläufen, rechtlichen Unsicherheiten und ethischen Bedenken braucht es fundiertes Wissen, klare Orientierung und eine reflektierte Haltung. Bildausschnitt aus dem Podcast «Fallvignette Sonja» (CC BY NC ND, 2025, Cla Gleiser)

Zusammenfassung



Sterbefasten hat sich in der Schweiz als Entscheidung etabliert, das Leben vorzeitig zu beenden. Durch den Massive Open Online Course (MOOC) «Basiskurs Sterbefasten» können sich Gesundheitsfachpersonen fundiertes Wissen über das Sterbefasten aneignen, was ihnen dabei hilft, eine professionelle Haltung zu entwickeln und Sterbewillige sowie ihre nahestehenden Personen beraten und begleiten zu können. Aber auch Sterbewillige oder ihre nahestehenden Personen benötigen für ihre Entscheidung, diesen Weg zu gehen oder ihn zu begleiten, ausreichende Informationen und stossen dabei an ihre Grenzen. Im vorliegenden Erfahrungsbericht werden die Planung und die Umsetzung des Kurses dokumentiert mit dem Ziel, dass andere ähnliche Projekte optimal davon profitieren können.

Der fertige Kurs
ist von März bis
Dezember 2026 hier
verfügbar: [Basiskurs
Sterbefasten](#) ↗

Der MOOC «Basiskurs Sterbefasten» wurde als Online-Angebot konzipiert und erlaubt damit eine flexible, standortunabhängige Beschäftigung mit dem Thema. Er ist ein Projekt des Instituts für Pflege am ZHAW-Departement Gesundheit.

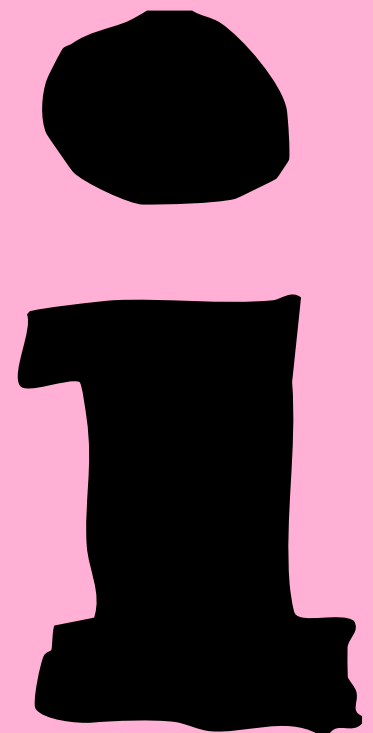
Der Kurs bietet einen Überblick über das komplexe Thema Sterbefasten und seine Hintergründe. Er vermittelt Wissen und leitet Übungen und Reflexionen an. Voraussetzung werden lediglich Deutschkenntnisse.

Der Kurs wendet sich an Gesundheitsfachpersonen sowie an Personen, die sich privat mit Sterbefasten beschäftigen, und ist zugeschnitten auf die Schweiz, Deutschland und Österreich. Der «Basiskurs Sterbefasten» ermöglicht es Gesundheitsfachpersonen, sich fundiertes Wissen über das Sterbefasten anzueignen. So können sie eine professionelle Haltung entwickeln und Sterbewillige sowie deren nahestehende Personen kompetent beraten und begleiten.

Sterbewillige erhalten die Möglichkeit, das Für und Wider ihrer Entscheidung abzuwägen, während Angehörige ihre Bereitschaft zur Begleitung reflektieren können.

Im Kurs wird mit Kurzpräsentationen, einigen längeren Beiträgen von Expert:innen, Interviews, Lektüren, Übungen und Reflexionen gearbeitet. Es besteht die Möglichkeit, ein Kurszertifikat zu erlangen. Gerechnet wird mit einem Lernaufwand von 12 Stunden.

Kontext und Ausgangslage



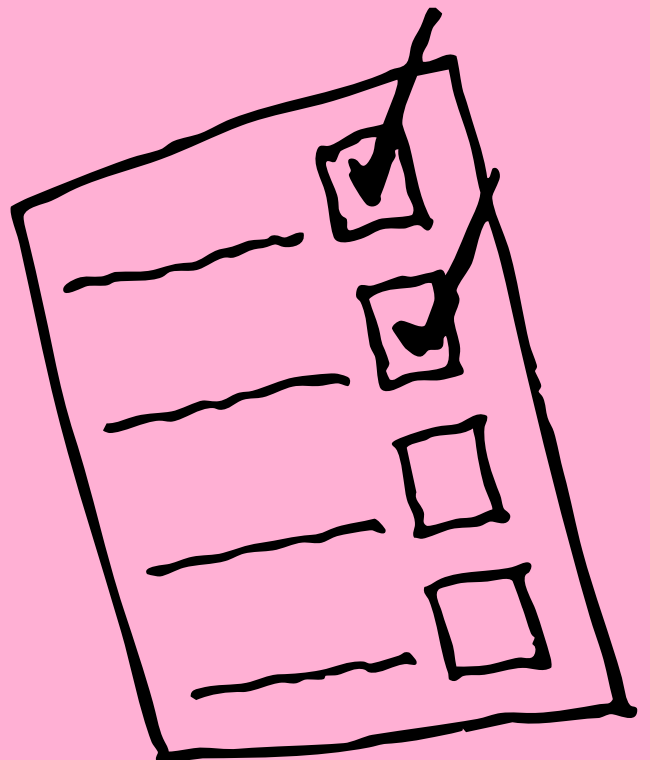
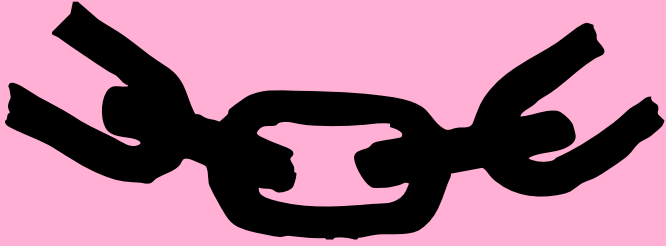
Ausgangslage für den Kurs ist, dass Gesundheitsfachpersonen häufig ins Vertrauen gezogen werden, wenn sich Patient:innen oder deren Angehörige mit einem aufkommenden Sterbewunsch auseinandersetzen. Sie werden um Rat gefragt und um Begleitung gebeten. Die ohnehin anspruchsvollen Gespräche haben in den letzten Jahren eine weitere Dimension erfahren: die Begleitung einer Person beim Freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF), umgangssprachlich auch als Sterbefasten bekannt. Der FVNF hat sich in der Schweiz als Methode etabliert, das Leben vorzeitig zu beenden.

Aufgrund des liberalen Umgangs mit dem FVNF in der Schweiz ist es jeder Person freigestellt, Sterbewillige auf diesem Weg zu begleiten. Dies setzt jedoch voraus, dass Gesundheitsfachpersonen sich eine professionelle Haltung zum FVNF angeeignet haben. Aufgrund der bislang unbefriedigenden Wissensaufbereitung zu dieser Thematik ist das jedoch nur schwer möglich. Aber auch die Sterbewilligen und ihre nahestehenden Personen benötigen für ihre Entscheidung, diesen Weg zu gehen oder ihn zu begleiten, ausreichende Informationen und stossen dabei an ihre Grenzen. Dies ist nicht verwunderlich vor dem Hintergrund der kontroversen Diskussion über den FVNF, an der sich Pflegewissenschaftler:innen, Mediziner:innen, Ethiker:innen, Jurist:innen und weitere Berufsgruppen beteiligen.

In den Diskussionen wird erörtert, ob es ethisch und/oder juristisch akzeptabel ist, eine sterbewillige Person über den FVNF zu informieren und zu begleiten. In diesem Zusammenhang wird auch darüber diskutiert, ob der FVNF als Suizid oder etwas anderes klassifiziert werden soll. Um eine informierte Entscheidung treffen zu können, müssen die Beteiligten über sämtliche relevanten Informationen und Diskussionen informiert sein.

Während sich Online-Kurse weltweit immer grösserer Beliebtheit erfreuen, existiert bis dato weder national noch international ein Kurs über den FVNF. Und obwohl fruchtbare Diskussionen zwischen den Teilnehmenden und den Vortragenden durch diese Form nicht zustande kommen können, ist der grosse Vorteil, dass ein barrierefreier, zeitlich unabhängiger und kostenloser Zugang für alle Interessierten gestaltet werden kann.

Idee und Konzept



Projektziele

Mit dem Online-Kurs wurden folgende Ziele angestrebt:

- Wissenschaftliche Erkenntnisse und aktuelle Diskussionen über den FVNF bündeln.
- Ein digitales Angebot erstellen, das Fachpersonen und der Bevölkerung kostenlos zur Verfügung steht.
- Präventiver Charakter: Fehlinformationen vermeiden und abbauen.
- Unsicherheiten zu juristischen Fragestellungen länderübergreifend und vergleichend abbauen.
- Das Verständnis und den Umgang mit FVNF steigern.
- Die Qualität der Sterbebegleitung und damit auch der Palliativversorgung erhöhen.

Idee und Innovationsgehalt

Der Innovationsgehalt dieses Angebots liegt in der Bündelung und Digitalisierung der Thematik. In der öffentlichen Berichterstattung (etwa über Nachrichten und Buchveröffentlichungen) wird häufig über Einzelfälle berichtet und ein selektiver Verlauf dieser FVNF-Begleitung transportiert. Nicht selten wird dabei von einem gangbaren und einfachen Weg geschrieben, mündend in einen friedlichen Tod. Einzelfälle können jedoch nicht das gesamte Spektrum an Hürden und Herausforderungen – beispielsweise die Entwicklung eines Delirs – abdecken. Der Kampf gegen das Grundbedürfnis, zu trinken, wenn man Durst hat, wird kaum thematisiert, ebenso wenig wie die Perspektive der Begleitpersonen, die dies aushalten müssen. Zudem braucht es umfassende Recherchen, finanzielle Ressourcen, Fremdsprachenkenntnisse und Expertise in der Lektüre und im Verständnis von wissenschaftlichen Publikationen, sodass derzeit nur ein eingeschränkter Personenkreis umfassendes Wissen beziehen kann. Mit dem Online-Kursangebot wird das Wissen nicht nur gebündelt, sondern auch zielgruppengerecht aufbereitet und allen kostenlos online zugänglich gemacht.

Spezifischer Nutzen für die angesprochenen Personengruppen

Der Online-Kurs wurde so konzipiert, dass verschiedene Personengruppen ihr Wissen und ihre Reflexionsfähigkeit zum FVNF erweitern und vertiefen können.

1. Fachpersonen in Gesundheitsberufen können sich eigenständig zu diesem Thema aus- und weiterbilden. Die Auseinandersetzung ist für die Entwicklung einer professionellen Haltung notwendig und bildet die Grundlage für eine professionelle Begleitung. Die Kompetenz und das Wissen des Fachpersonals im Umgang mit FVNF werden erhöht, was zu einer besseren Betreuung der Sterbewilligen und ihrer Angehörigen führen kann.

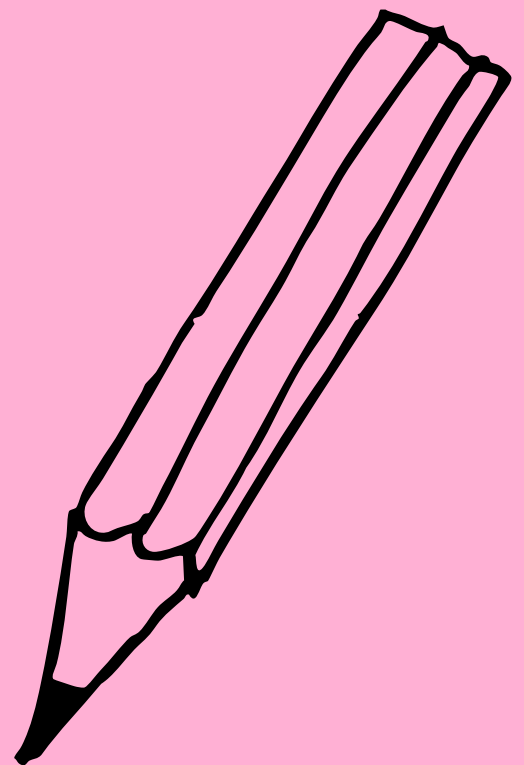
2. Sterbewillige und ihre Angehörigen erhalten die Gelegenheit, zu erkennen, welche Möglichkeiten, Hürden und Herausforderungen mit der Erfüllung des Sterbewunsches mittels FVNF verbunden sein können. Sie erfahren, welche Vorbereitungen und Absprachen notwendig sind. Darüber hinaus werden mögliche Komplikationen (etwa ein Delir), aber auch die Möglichkeit des Überdenkens der eigenen Entscheidung nach Beginn des FVNF thematisiert. Damit können sie ihr Wissen und ihre Kompetenzen im Umgang mit der Situation erweitern. Der Kurs fördert somit die individuelle Entscheidungsfreiheit der Betroffenen und der beteiligten Akteure.

3. Die Allgemeinbevölkerung kann sich ein Bild über die Option des FVNF machen und sich besser auf mögliche Situationen vorbereiten.

4. Auf gesellschaftlicher Ebene fördert der Kurs eine offene und konstruktive Kommunikation über das Thema. Der teils sensationshungrige Präsentation des Themas FVNF in unterschiedlichen Medien kann eine respektvolle und angemessene Beschreibung entgegengestellt werden.

5. Pädagog:innen können das Angebot im Rahmen von Aus-, Fort- und Weiterbildungen einsetzen. Der Basiskurs zum Thema FVNF stellt somit eine wertvolle Ressource dar, um das Verständnis und die Akzeptanz des FVNF zu erhöhen und dadurch die Qualität der Sterbebegleitung und der Palliativversorgung zu verbessern. Die Kompetenzen und Kenntnisse von medizinischen Fachpersonen im Umgang mit FVNF werden verbessert, und die Allgemeinbevölkerung wird offen und ehrlich zum Thema Sterben und FVNF informiert.

Planungs- geschichte



Zusammenarbeit und Rollen der beteiligten Personen

Der Kurs wurde unter der Trägerschaft des Instituts für Pflege am ZHAW Departement Gesundheit entwickelt.

Konzipiert wurde der Kurs von:



Prof. Dr. André Fringer

Co-Studiengangleiter des MSc Pflege an der ZHAW sowie Co-Leiter Forschung und Entwicklung Pflege am Institut für Pflege an der ZHAW. Er ist Professor für Personen- und Familienzentrierte Pflege und Experte im Bereich Sterbefasten.



Dr. Mirjam Mezger

Forscherin und Dozentin am Institut für Pflege der ZHAW. Dort ist sie zuständig für Ethik im Masterstudiengang Pflege. Sie ist Religionswissenschaftlerin und erforscht aussergewöhnliche Erlebnisse von Pflegenden sowie das Sterbefasten.



Dr. Franzisca Domeisen Benedetti

Pflegefachfrau, Sozialwissenschaftlerin und Dozentin am Institut für Pflege im Masterstudiengang Pflege. Sie erforscht Pflege am Lebensende, in der Palliative Care und von Menschen im Alter im kommunalen Umfeld.

Prof. Dr. André Fringer hatte im Kurs eine zentrale Rolle, da er sich eine langjährige Expertise im Bereich des Freiwilligen Verzichts auf Nahrung und Flüssigkeit aufgebaut hat. Somit hatte er die inhaltliche Leitung des Projekts. Dr. Mirjam Mezger war für theoretische, historische und ethische Inhalte sowie für die Koordination der Beteiligten und die Projektumsetzung zuständig. Dr. Franzisca Domeisen Benedetti unterstützte das Team mit ihrer langjährigen fachlichen Expertise im Bereich Palliative Care und ihrer Erfahrung in der Umsetzung eines MOOC.

ZHAW Digital Learning begleitete das Projektteam bei der didaktischen Konzeption des MOOCs. Die Filmaufnahmen, der Schnitt und die technische Umsetzung des Kurses wurden vom Zentrum für Innovative Didaktik (ZID) der ZHAW übernommen.

Ebenso unterstützten die Photoworkers das Team mit einzelnen Filmaufnahmen. Der Kurs wurde durch Illustrationen und Pencasts von Cla Gleiser bereichert.

Inhaltlich wurden zusätzlich zu Prof. Dr. André Fringer und Dr. Mirjam Mezger folgende Expertinnen und Experten in den Kurs einbezogen:

- Prof. Dr. Eva Bolt, AMC Amsterdam
- Prof. Dr. Dr. Manuel Trachsel, Universitätsspital Basel, Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel, Institut für Biomedizinische Ethik, Universität Basel
- Prof. Dr. Regina Aebi-Müller, Universität Luzern
- Prof. Dr. Michael Ludwig Ganner, Universität Innsbruck
- Prof. Dr. Tanja Henking, Technische Hochschule Würzburg-Schweinfurt
- Peter Kaufmann, palliacura

Projektverlauf

Die Erarbeitung des Kurses lief folgendermassen ab:

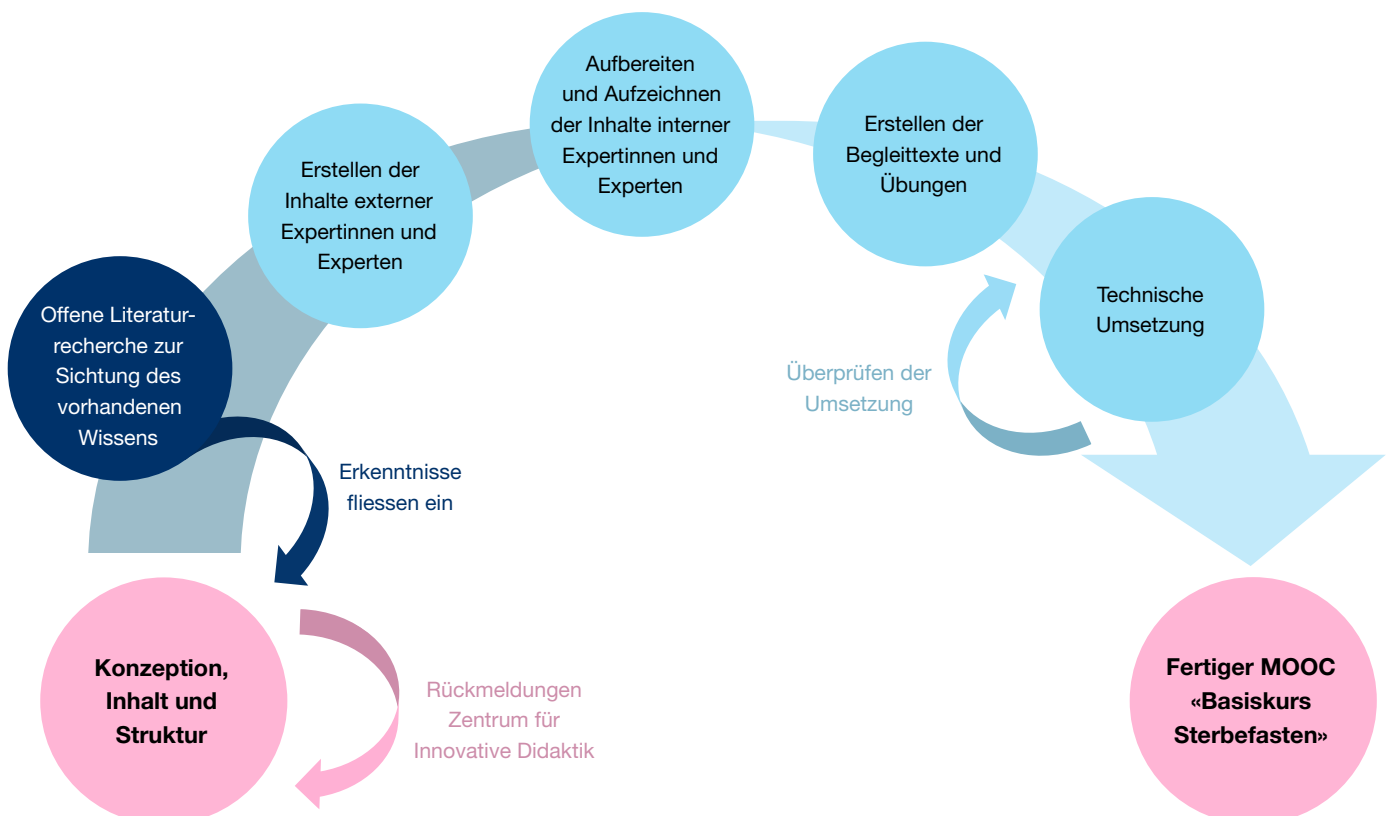
Zunächst wurde eine Suchstrategie in der Datenbank PubMed und anschliessend eine offene Recherche in Google Scholar durchgeführt, um das gesamte Wissen zum Thema FVNF auf nationaler und internationaler Ebene sowohl in Fachartikeln als auch in Monografien zu erfassen. Das gesammelte Wissen wurde gesichtet und Themenbereichen zugeordnet.

Aus den Themenbereichen wurde ein Konzept erarbeitet, welches das gesamte Wissen über FVNF schlüssig, umfassend und dennoch präzise zusammenfasst. Dabei wurde darauf geachtet, dass das Wissen als Ganzes transportiert, aber auch der Bezug zur Schweiz, zu Deutschland und zu Österreich im Speziellen herausgearbeitet wurde. Gemeinsam mit dem Zentrum für Innovative Didaktik wurde darauf aufbauend ein Konzept erarbeitet

und über das Design entschieden, den MOOC palliedX ansprechend, innovativ und lehrreich zu gestalten.

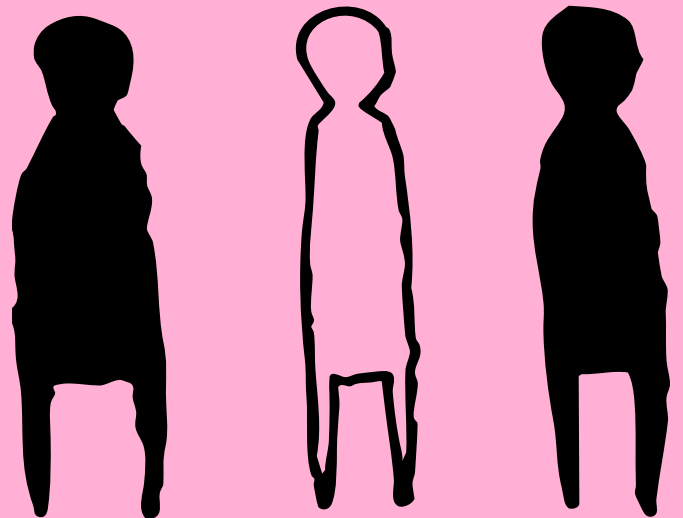
Zu den Videos wurden PowerPoint-Präsentationen erstellt, um den Zielgruppen das Wissen mündlich, schriftlich und in Form von Grafiken oder Tabellen zur Verfügung zu stellen. Die Videos wurden im Grünstudio der ZHAW und im Zentrum für Innovative Didaktik professionell aufgenommen und geschnitten. Es entstand ein virtueller Kurs, produziert nach aktuellen internationalen, digitalen und didaktischen Standards.

Sobald die Videos produziert waren, wurde mit der Veröffentlichung begonnen. Der ganze Kurs wurde über die Plattform openlearn.org im gesamten deutschsprachigen Raum zur Verfügung gestellt.



Projektverlauf: Entwicklung des MOOC «Basiskurs Sterbefasten» (eigene Darstellung)

Realisierung und Finanzierung



Die Umsetzung des Projekts gestaltete sich abwechslungsreich, da einerseits Inhalte aufbereitet werden mussten, andererseits aber auch technische Anforderungen anstanden.

Spezifische Anforderungen in den einzelnen Projektschritten:

- **Konzeptionelle Arbeit:** In diesem Schritt bestand die Herausforderung darin, aus der Breite des Themas die wichtigsten Punkte herauszukristallisieren, sodass der Umfang des Kurses handhabbar und zweckmässig wurde.
- **Aufbereitung der Inhalte:** Dafür mussten komplexe und auch sensible Inhalte so aufbereitet werden, dass sie für verschiedene Personengruppen verständlich und bereichernd sind.
- **Aufzeichnung der Inhalte:** Vor der Kamera zu stehen und die vorbereiteten Inhalte gut verständlich zu präsentieren, ohne wie im gewohnten Unterricht das Zielpublikum direkt zu sehen, war eine neue Erfahrung für die Dozierenden des Kurses.
- **Schnitt und technische Umsetzung:** Diese Schritte wurden von Profis in diesem Bereich sorgfältig umgesetzt.
- **Pencasts und Illustrationen:** Die grafische Umsetzung dieses sensiblen Themas erforderte die Entwicklung einer eigenen Bildsprache sowie Einfühlungsvermögen in die vom Thema betroffenen Personen.
- **Allgemeines Projektmanagement:** Die Koordination der Beteiligten und die Abschätzung des nötigen Zeitaufwands für die Aufbereitung der Inhalte stellten eine Herausforderung dar. So zeigte sich erst im Verlauf der Realisierung, wie viel Zeit wirklich nötig war, um das Projekt umzusetzen. Dadurch musste die Liveschaltung des Kurses um ein halbes Jahr verschoben werden.



Der Kurs wurde von folgenden Stiftungen gefördert:

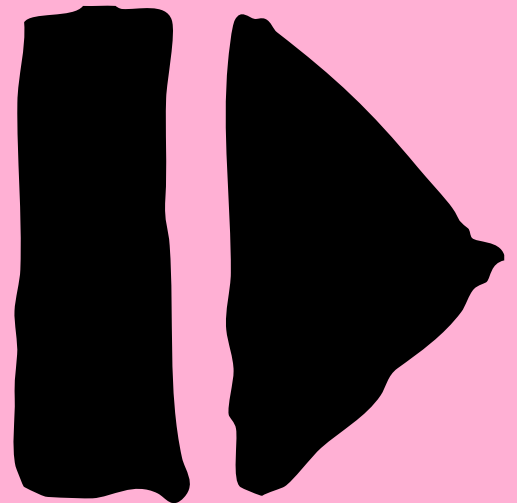
Age
Stiftung

palliacura

zh
aw

Einblick in die Videoproduktion (v.l.n.r.: M. Mezger, E. Bolt, A. Fringer, F. Domeisen Benedetti)
Quelle: Photoworkers

Kurs- beschreibung



Verfügbarkeit

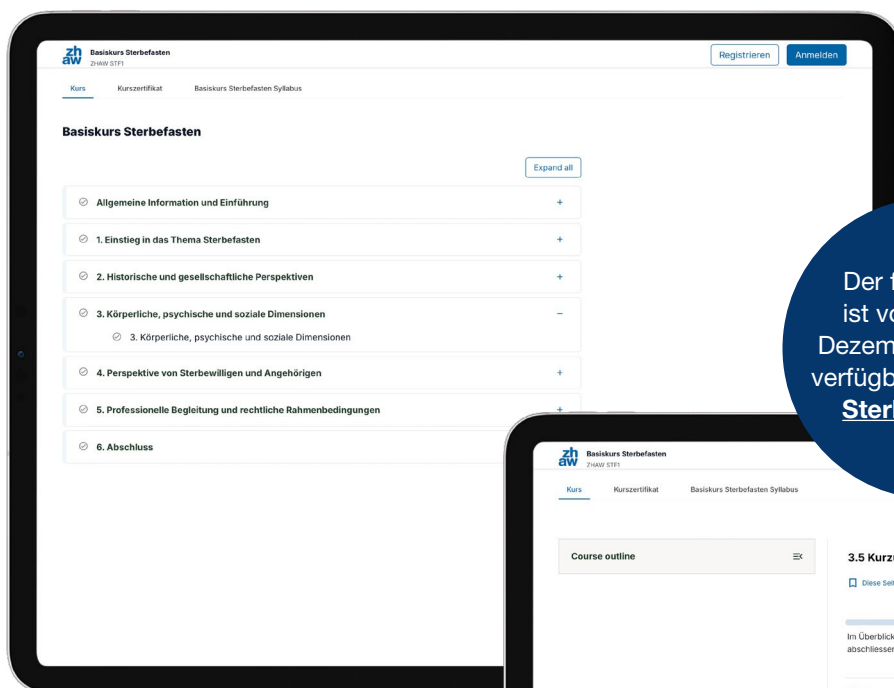
Der Kurs ist unter dem Namen «Basiskurs Sterbefasten» auf der Online-Plattform [Openlearn.org](https://openlearn.org) zu finden.

Da es sich um einen kostenlosen Online-Kurs handelt, kann ein grosser potenzieller Adressat:innenkreis davon profitieren. Strategien zur Vergünstigung sind insofern nicht notwendig. Zur Erlangung eines Zertifikats ist eine kostenlose Registrierung für eine Switch edu-ID erforderlich. Der Kurs kann jedoch auch ohne Zertifikat abgeschlossen werden.

Dieser Kurs wurde so konzipiert und aufgebaut, dass er barrierefrei ist. Für alle Videos stehen Untertitel oder Transkripte

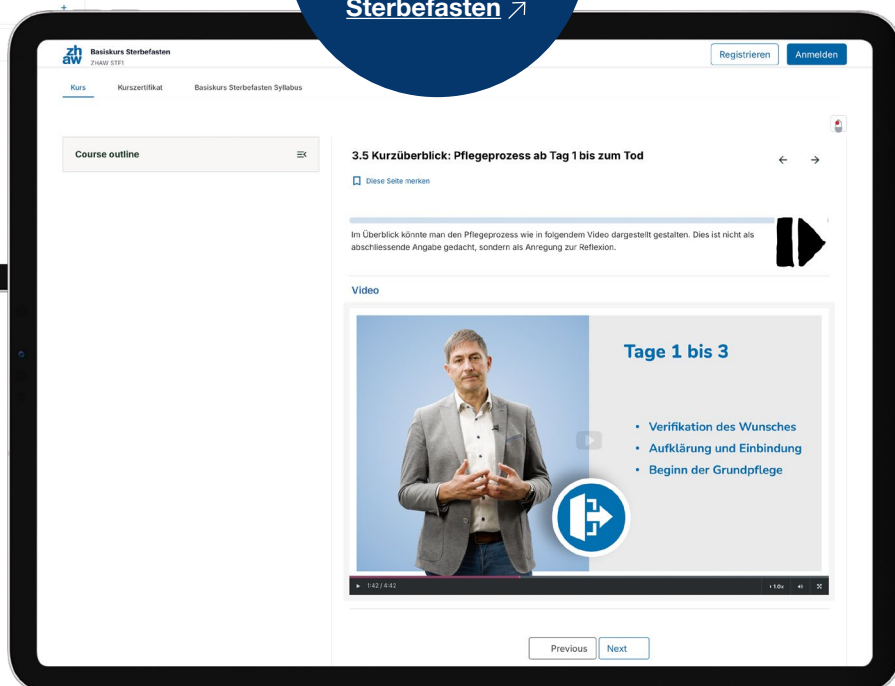
zur Verfügung. Die Kursinhalte wurden so strukturiert, dass eine Navigation mittels Screenreader für Menschen mit Sehbehinderungen möglich ist. Daher können auch Menschen mit Einschränkungen vom Angebot profitieren.

Für die Kursteilnehmenden besteht die Möglichkeit, ein Teilnahmezertifikat zu erhalten, wenn das Multiple-Choice-Quiz am Ende des Kurses zu 30 Prozent bestanden wird. Falls kein Zertifikat gewünscht ist, kann es auch weggelassen werden.



Kursübersicht über den «Basiskurs Sterbefasten» auf [Openlearn.org](https://openlearn.org) mit modularer Kapitelstruktur und zentralen Navigationselementen.

Der fertige Kurs ist von März bis Dezember 2026 hier verfügbar: [Basiskurs Sterbefasten](#)



Der Kurs ist von März bis Dezember 2026 verfügbar und wird danach anhand der Rückmeldungen von Kursteilnehmenden überarbeitet.

Ablauf

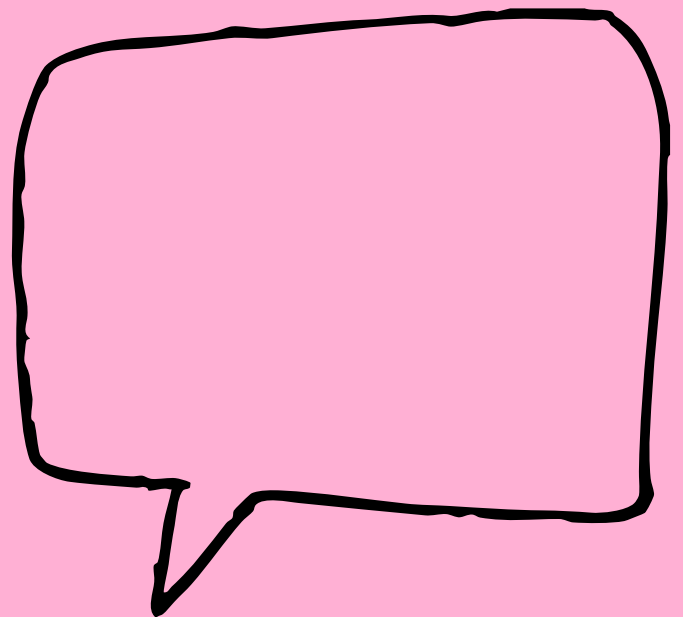
Der Kurs ist modular aufgebaut (siehe Tabelle zur Übersicht). Kapitel 1 bildet die Grundlage für die restlichen Kapitel, da darin ein gemeinsames Begriffsverständnis aufgebaut wird. Die Teilnehmenden können den gesamten MOOC von Anfang bis Ende absolvieren und sich eingehend mit den vielfältigen Aspekten des Sterbefastens auseinandersetzen. Alternativ haben sie die Möglichkeit, je nach Interesse oder Informationsbedarf einzelne Kapitel separat zu bearbeiten.

Der Zeitaufwand für die Kursteilnehmenden wird auf insgesamt 12 Stunden geschätzt, die beispielsweise über 6 Wochen mit je 2 Stunden pro Woche absolviert werden können. Da der Kurs eigenständig durchgeführt wird, geschieht auch die Zeiteinteilung selbstständig.

Der Kurs besteht aus folgenden Kapiteln und Unterkapiteln:

Kapitel	Inhalt	Geschätzte Dauer
0 Einleitung	<ul style="list-style-type: none">• Kursaufbau• Dozierende• Rahmenbedingungen	0,5 h
1 Einstieg in das Thema Sterbefasten	<ul style="list-style-type: none">• Wichtigkeit und Gründe• Begriffsdefinition• Abgrenzung• Mediale Diskussion	1 h
2 Historische und gesellschaftliche Perspektiven	<ul style="list-style-type: none">• Geschichtlicher und gesellschaftlicher Hintergrund• Theoretische Perspektive• Ist Sterbefasten Suizid?	2 h
3 Körperliche, psychische und soziale Dimensionen	<ul style="list-style-type: none">• Ablauf des Sterbefastens• Körperliche Aspekte• Pflegeprozess• Psychische und soziale Dimensionen• Grenzen und mögliche Gefahren	3 h
4 Perspektive von Sterbewilligen und Angehörigen	<ul style="list-style-type: none">• Lebensweltliche Perspektive von Sterbewilligen und Angehörigen• Mögliche Rollen und Bedürfnisse	1 h
5 Professionelle Begleitung und rechtliche Rahmenbedingungen	<ul style="list-style-type: none">• Rechtliche Rahmenbedingungen• Professionelle Haltung• Ethische Diskussionen	4 h
6 Abschluss	<ul style="list-style-type: none">• Schlussdiskussion• Empfehlungen• Links	0,5 h

Sichtbarkeit und Vertrieb



Um die Nachhaltigkeit des Projekts zu sichern und den grösstmöglichen Nutzen der Ergebnisse zu gewährleisten, wurde eine umfassende Marketing- und Disseminationsstrategie umgesetzt. Das Projekt wurde dabei über eine Vielzahl strategischer Kanäle gezielt an die relevanten Zielgruppen herangetragen.

Soziale Netzwerke

Seitens der ZHAW erfolgt die Kommunikation über soziale Netzwerke wie LinkedIn, Instagram und Twitter sowie über hochschuleigene Blogs.

Forschungsprojektseite

Parallel dazu dient die offizielle **Forschungsprojektseite** der ZHAW zum FVNF als zentrale Plattform für tiefergehende Informationen.

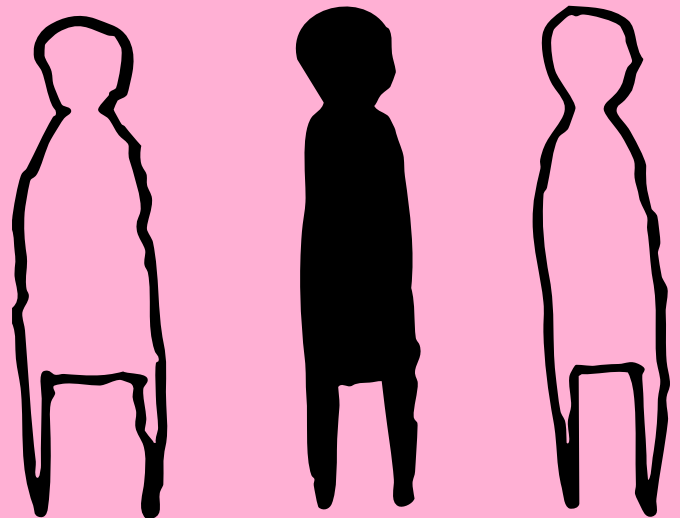
Förderinstitutionen

Ein wesentlicher Pfeiler der Sichtbarkeit ist die Einbindung der Förderinstitutionen **Age-Stiftung** und **palliacura**. Diese unterstützen den Wissenstransfer durch gezielte Verlinkungen auf ihrer Website und durch Beiträge in ihren Newslettern.

sterbefasten.ch

Ergänzend dazu wird die Fachplattform «sterbefasten.ch» von Prof. Dr. André Fringer genutzt.

Erkenntnisse und Würdigung



Die Umsetzung des Kurses hat sich als sehr facettenreich gezeigt. Bewährt hat sich sicherlich die freie Zugänglichkeit von Expertenwissen, die durch diesen Kurs gewährleistet wird. Ebenso ist es bei diesem Thema sinnvoll, das Wissen sowohl für Fachpersonen als auch für Laien zugänglich zu machen. Das Thema hat für Laien und für Experten eine hohe Relevanz, und das Konzept des Online-Kurses ist sehr effektiv für die Zugänglichkeit. Einzig für Personen mit kognitiven oder sensorischen Einschränkungen kann das Kursformat schwierig sein, desgleichen für Personen, die nur selten Umgang mit digitalen Formaten haben.

Erfolgsfaktoren für das Projekt waren die Strukturen und die technischen Möglichkeiten des Zentrums für Innovative Didaktik der ZHAW. Dadurch konnten die aufbereiteten Inhalte professionell umgesetzt werden. Ebenso war der Einbezug des Künstlers Cla Gleiser ein grosser Gewinn für die grafische Umsetzung des Projekts. Zu guter Letzt sind die Bekanntheit und die Vernetzung der Projektleitung wichtige Erfolgsfaktoren für die Erreichung der Zielgruppe.

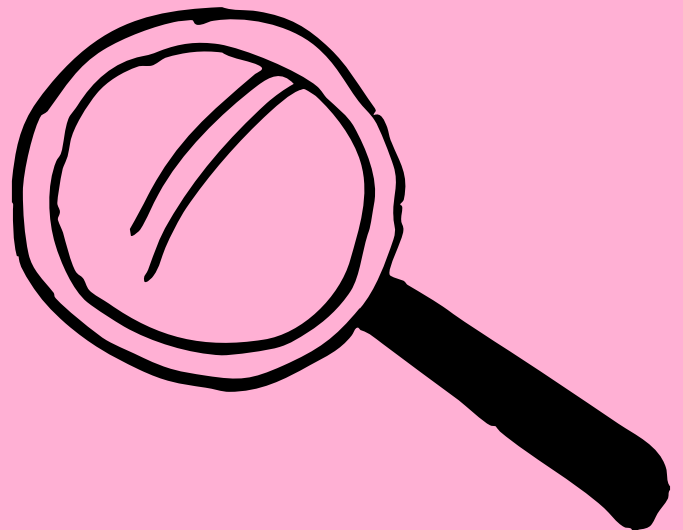
Inhaltlich zeigte sich, dass das Thema deutlich breiter ist als ursprünglich angenommen. Dadurch wurde der Kurs umfangreicher als zunächst geplant, was die Produktionszeit spürbar verlängerte. Im Zuge der inhaltlichen Aufbereitung musste zudem das Konzept mehrfach überarbeitet werden. Der zusätzliche Zeitaufwand hing auch damit zusammen, dass das Expertenwissen so aufbereitet werden musste, dass es sowohl für Laien als auch für Fachpersonen verständlich wurde.

Auch der Aufwand für die Einbettung der einzelnen Kurseinheiten erwies sich als grösser als erwartet. Neben der inhaltlichen Ausarbeitung waren pro Einheit zahlreiche koordinative und technische Schritte nötig, um sie vollständig abzurunden. Zu jeder Lektion gehörte beispielsweise ein Begleittext, und Übungen sowie Reflexionsfragen mussten gestaltet werden. Mit externen Expert:innen galt es, den Umfang ihrer Beiträge sowie organisatorische Fragen abzustimmen. Gemeinsam mit der Filmcrew wurden Aufbau, Ablauf und sogar die passende Kleidung besprochen, um ein einheitliches Gesamtbild des Kurses zu gewährleisten. Zusätzlich mussten Schnitt und Untertitel kontrolliert und begleitende Dokumente erstellt werden.

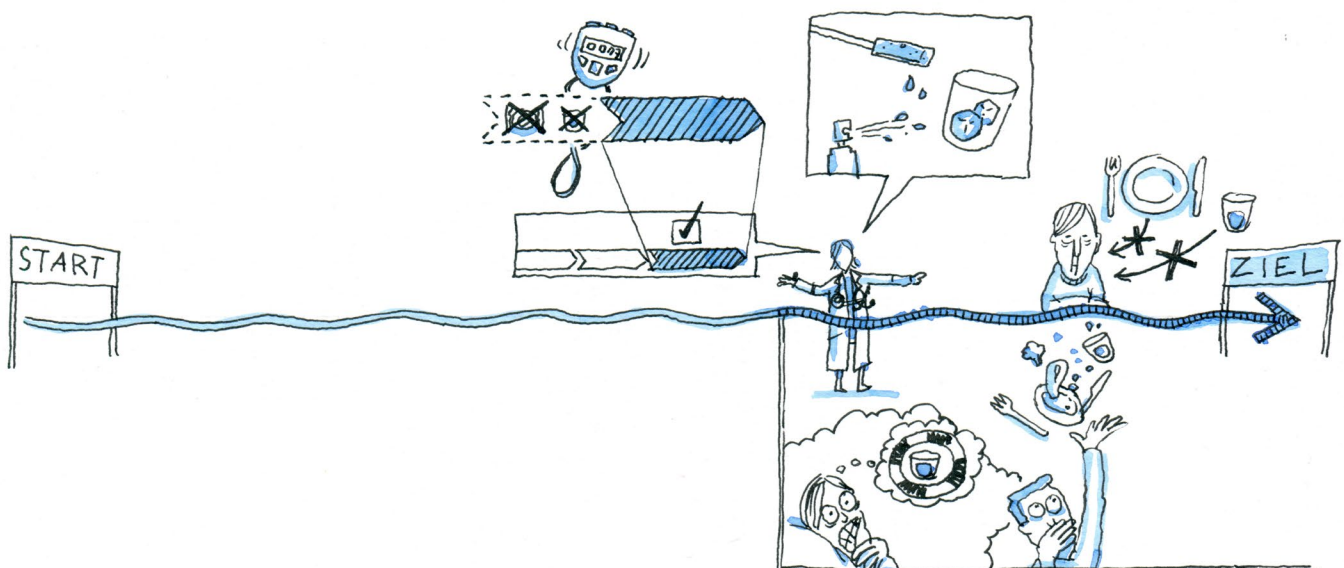
Somit kann als Lehre oder Empfehlung daraus abgeleitet werden, dass vor der Erstellung eines Online-Kurses ein realistischer Zeitplan nur mit Einbezug von Erfahrungswerten möglich ist.

Insgesamt wurden die gesetzten Ziele des Kurses erreicht und sogar übertroffen. Wir danken allen Beteiligten für die grossartige Zusammenarbeit.

Fazit und Ausblick



Mit dem vorliegenden Online-Kurs haben wir einen Grundstein in der Vermittlung von Wissen zum Sterbefasten gelegt, das orts- und zeitunabhängig zugänglich ist. Unser Wunsch ist es, dieses Kursangebot zu erweitern: Weiteres spezialisiertes Wissen zum Umgang mit FVNF für Fachpersonen wäre für einen Folgekurs aufzubereiten. Ebenso wäre es sinnvoll, ein Kursangebot auf Englisch zur Verfügung zu stellen und eventuell auch in den Sprachen Italienisch und Französisch, zumindest in Form von Untertiteln. Das Projekt kann als Blaupause für weitere gesundheitsspezifische Themen dienen, da sich das Format sehr gut für eine selbstständige und fundierte Erarbeitung eines Themas eignet.



Die Illustration zeigt einen möglichen Verlauf von Sterbefasten sowie die Sorgen, die sich Angehörige bezüglich des Prozesses machen könnten. An dieser Stelle wird das Bild zu illustrativen Zwecken eingesetzt. Bildausschnitt aus dem Podcast «4 Grundtypen» (CC BY NC ND, 2025, Cla Gleiser)

Impressum

Herausgeberin

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften
Departement Gesundheit
Institut für Pflege

Autorenschaft

Dr. Mirjam Mezger (ZHAW Gesundheit, Institut für Pflege)
Dr. Franzisca Domeisen Benedetti (ZHAW Gesundheit, Institut für Pflege)
Prof. Dr. André Fringer (ZHAW Gesundheit, Institut für Pflege)
In Kooperation mit Dr. Minna Koponen (ZHAW School of Management and Law,
Zentrum für Innovative Didaktik)

Kontakt

Prof. Dr. André Fringer
+41 (0)58 934 64 79
andre.fringer@zhaw.ch

Gestaltung

Obrist und Partner, obrist.zuerich

Illustrationen

Cla Gleiser, verstaendlich.ch

Fotos

Photoworkers

Der Kurs wurde von folgenden Stiftungen gefördert:



Dieser Bericht dokumentiert ein Förderprojekt der Age-Stiftung – weitere Informationen dazu finden Sie unter www.age-stiftung.ch (Projekt-ID 987). Die Age-Stiftung setzt sich mit gesellschaftsrelevanten Fragen rund um das Älterwerden auseinander. Sie fördert zukunftsfähige Lösungen zugunsten älterer Menschen in vulnerablen Lebenslagen und fragilen Phasen.

Projekttitle: palliedX – Entscheidungen am Lebensende – über Wissen zur professionellen Haltung: frei zugänglicher Online-Kurs zum «Freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit» am Lebensende.

Erscheinung: Winterthur, Mai 2026

Copyright

Wo nicht anders genannt, steht dieses Werk unter der Lizenz CC BY-NC 4.0, <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>, André Fringer, ZHAW, Departement Gesundheit (Stand: 1.5.2026)

Die Marke ZHAW ist von der vorliegenden Lizenz CC BY-NC 4.0, <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/> unberührt. Gemäss Abschnitt 2.b.2 der Lizenz werden Patent- und Kennzeichenrechte durch die vorliegende Public License nicht lizenziert.

Die erkennbaren Personen haben sich schriftlich mit der Nutzung zu Lern- und Lehrzwecken und der Veröffentlichung unter der vorliegenden Lizenz einverstanden erklärt.

Zürcher Hochschule für
Angewandte Wissenschaften

Departement Gesundheit
Institut für Pflege

ZHAW Gesundheit
Katharina-Sulzer-Platz 9
8400 Winterthur
info.gesundheit@zhaw.ch
www.zhaw.ch/de/gesundheits

Der fertige Kurs ist von
März bis Dezember 2026
unter folgendem Link
verfügbar:



[https://moocs.zhaw.ch/courses/
course-v1:ZHAW+STF1+STF25/about](https://moocs.zhaw.ch/courses/course-v1:ZHAW+STF1+STF25/about)