



Zeiten des Abschieds gestalten

Aspekte der Sorge für Betroffene am Lebensende
3. bis 7. November 2020

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau



Themenwoche

Zeiten des Abschieds gestalten

Menschen werden im Laufe ihres Lebens mit Abschied und Trennung konfrontiert. Das kann unerwartet geschehen und ist für Betroffene oftmals eine Herausforderung.

Mit dieser Themenwoche greift das SRK Thurgau verschiedene Aspekte des Abschiednehmens auf. An den verschiedenen Veranstaltungen werden Fragen gestellt, Antworten gesucht und vor allem auch gefunden. Sie erhalten wichtige Informationen, die Sie in Ihren Alltag mitnehmen können.

Sie sind herzlich eingeladen!
Alle Anlässe sind kostenlos,
wir freuen uns auf Sie!

Aus organisatorischen Gründen ist für diese beiden Workshops eine Anmeldung nötig:

- Workshop für Pflegepersonen am Mittwoch, 4. November 2020
- Workshop für Eltern und Interessierte am Samstag, 7. November 2020

Anmeldungen bitte über www.srk-thurgau.ch/bildung oder **071 626 50 85**

Corona: Sicherheitskonzept und Apéro

Für die Veranstaltungen besteht ein Sicherheitskonzept. Das wichtige und beliebte Beisammensein beim Apéro im Anschluss an die Veranstaltungen richtet sich nach den Möglichkeiten der aktuellen Corona-Situation. Bitte halten Sie sich an die gültigen Bestimmungen und Empfehlungen des BAG. So schützen Sie sich selbst und andere. Vielen Dank!

Dienstag, 3. November 2020

Dialog über das «stille Alleinsein»

«Alleinsein» ist für viele Menschen in diesem Jahr ein Thema geworden, nicht wenige sprechen von der Erfahrung der Einsamkeit.

Anders das «stille Alleinsein»: Es ist ein «Menschenthema» aller Zeiten. Es schenkt uns die Möglichkeit, uns auf neue Weise verbunden zu spüren und im Alleinsein nicht «einsam» zu sein.

Wir laden Sie zu unserem Dialog über das «stille Alleinsein» ein, der zugleich die Möglichkeit bieten möchte, in die Stille hineinzuhorchen und die Stille zu erleben. Bewusstes Erleben des «stillen Alleinseins» öffnet neue Räume der Selbstentwicklung und der Beziehung zum Lebendigen – auch, aber nicht nur, in den reiferen Jahren des Lebens.

Zeit 19.00 – ca. 21.00 Uhr

Dialogpartnerin **Karin Kaspers Elekes**, Dipl.-Päd./Theol.,
MASSc Spiritual Care, Spitalseelsorgerin KSM

Musikalische Begleitung **Peter Roth**, Musiker, Komponist, Chorleiter

Veranstaltungsort **Regionales Pflegeheim Sonnhalden**
Rebenstrasse 57, 9320 Arbon

Mittwoch, 4. November 2020

Sterbewünsche – (k)eine Einbahnstrasse

Workshop für Pflegepersonen

«Ich habe genug!» Oder: «Ich mag so nicht mehr weiterleben!»

Pflegende und Begleitende, die solche Sätze hören, geraten oft in ein Dilemma: Was nun sagen? Wie reagieren? Den Sterbewunsch ernst nehmen, die Selbstbestimmung des betroffenen Menschen unterstützen, ihn wirklich verstehen: Was heisst das für Begleitende?

Dieser Workshop möchte Pflegende und Begleitende darin unterstützen, die Äusserung eines Sterbewunsches als Ausdruck einer tiefen persönlichen Lebenskrise zu verstehen, die nicht zwingend in eine Einbahnstrasse führen muss.

Im Mittelpunkt dieses praxisorientierten Workshops stehen folgende Themen:

- Schwerstkranken: Vulnerabilität und Selbstbestimmung
- Bedeutsam: Wie verstehe ich mich als Begleiterin oder als Begleiter?
- Kommunikation: Hören und Raum für den Dialog über Themen an der Lebensgrenze eröffnen
- Lernen an der Diskussion von Situationsbeispielen

Zeit 14.00 – ca. 17.00 Uhr

Referentin **Karin Kaspers Elekes**, Dipl.-Päd./Theol.,
MASSc Spiritual Care, Spitalseelsorgerin KSM

Veranstaltungsort **Regionales Pflegeheim Sonnhalden**
Rebenstrasse 57, 9320 Arbon

Anmeldung www.srk-thurgau.ch/bildung oder 071 626 50 85

Mittwoch, 4. November 2020

Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden

Wie der Mut zum Leben bis zuletzt unterstützt werden kann

Schwere Erkrankungen fordern uns Menschen heraus und können zu dem Gedanken führen, das Leben verkürzen zu wollen. Oft spielen dabei Angst vor Leiden, vor Ange-wiesenheit und Pflegebedürftigkeit oder die Sorge vor Verlust der Selbstbestimmung eine Rolle. Die Erfahrungen der Palliative Care zeigen heute aber deutlich, dass ein Sterbewunsch keine Einbahnstrasse ist. Diese ermutigenden Erfahrungen werden Thema des Abends sein.

Zeit 19.00 – ca. 21.00 Uhr

Referentin **Dr. med. Karen Nestor**

Präsidentin palliative ostschweiz, ehem. Mitglied der Nationalen Ethikkommission

Veranstaltungsort **Schloss Arbon**, Landenbergsaal, 9320 Arbon

Donnerstag, 5. November 2020

Wenn Worte fehlen

Abschiedskultur als Lebenshilfe für junge Menschen

Wenn Trauer, Hilflosigkeit und fehlende Erfahrung uns unfähig machen zu kommuni-zieren, kann eine gelebte Abschiedskultur helfen, sich im Trauerfall auszudrücken und Gefühle zu zeigen. Die Referentin als «Selbstbetroffene» zeigt verschiedene praktische Wege, wie wir wieder lernen, Trauer zu akzeptieren, diese zuzulassen, zu handeln und unsere Beziehung zu Trauernden zu stärken, indem wir ihnen begegnen wollen und auch können. Selbstverständlich sind alle interessierten Menschen eingeladen.

Zeit 19.30 – ca. 21.30 Uhr

Begrüssung **Dominik Diezi**, Stadtpräsident Arbon

Referentin **Monika Laib**, Floristin

Veranstaltungsort **Schloss Arbon**, Landenbergsaal, 9320 Arbon

Freitag, 6. November 2020

Damit Ihr Wille zählt

Antworten auf Fragen rund um Patientenverfügung, Testament und Vorsorgeauftrag

Wie sinnvoll ist ein Vorsorgeauftrag? Was muss ich beachten? Wie erstelle ich eine Patientenverfügung, damit wirklich mein Wille in der Situation zählt, in der ich dann bin? Was muss ich beachten, wenn ich ein Testament machen möchte? Auf diese und weitere Fragen gehen die Referenten ein. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Fakten.

Zeit 19.00 – ca. 21.00 Uhr

Referenten **Dr. med. Urs Streckeisen**, Hausarzt, Luxburgpraxis, Egnach
Emanuel Nobs, Notar und Grundbuchverwalter, Notariat Arbon

Musikalische Begleitung **Jasmin Schnetzler** (Saxophon) & **Florian Pezzatti** (Akkordeon)

Moderation **Michael Anderegg**, Geschäftsleiter SRK Thurgau

Veranstaltungsort **Schloss Arbon**, Landenbergsaal, 9320 Arbon

Samstag, 7. November 2020

Abschied und Trauer bei Kindern und Jugendlichen – wie begleiten wir sie?

Workshop für Eltern, Grosseltern, Gotti, Götti, Lehrpersonen und Interessierte

Auch Kinder erfahren Verluste, Abschiede und Trauer in unterschiedlichen Situationen. Nach einem Input zum Thema «Was ist Trauer – wie begegnen wir ihr» tauschen sich die Teilnehmenden über Situationen und Erfahrungen des Abschieds und der Trauer aus. Sie erkennen Möglichkeiten, wo sie das Gespräch aufnehmen und hilfreich vertiefen können und wie sie Kindern und Jugendlichen in Trauerprozessen emotional und mit Ritualen beistehen und sie begleiten können.

Zeit 9.00 – ca. 11.30 Uhr

Leitung **Roswitha Strassmann**, Trauerbegleiterin, Gestaltpädagogin
Bruno Strassmann, Dr. theol., Leiter Kirchliche Erwachsenenbildung

Veranstaltungsort **Regionales Pflegeheim Sonnhalden**
Rebenstrasse 57, 9320 Arbon

Anmeldung www.srk-thurgau.ch/bildung oder 071 626 50 85

Das leitet uns

Die sieben Rotkreuzgrundsätze sind die Grundwerte der Rotkreuzbewegung, sie sind auch für das SRK Thurgau verbindlich.

Menschlichkeit

Der Mensch ist immer und überall Mitmensch

Unparteilichkeit

Hilfe in der Not kennt keine Unterschiede

Neutralität

Humanitäre Initiative braucht das Vertrauen aller

Unabhängigkeit

Selbstbestimmung wahrt unsere Grundsätze

Freiwilligkeit

Echte Hilfe braucht keinen Eigennutz

Einheit

In jedem Land einzig und offen für alle

Universalität

Die humanitäre Pflicht ist weltumfassend

Herzlichen Dank

Unterstützen Sie bedürftige Menschen in unserem Kanton.

Ihre Spende ermöglicht es uns, Menschen in Not schnell und unmittelbar zu helfen.

Postkonto 85-702169-6
CH77 0900 0000 8570 2169 6

Das **SRK Thurgau dankt** folgenden Organisationen für ihre partnerschaftliche Unterstützung:



Schweizerisches Rotes Kreuz

Kanton Thurgau

Rainweg 3

8570 Weinfelden

Telefon: 071 626 50 80

E-Mail: geschaefsstelle@srk-thurgau.ch

www.srk-thurgau.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Thurgau

