

Können wir nicht mal über etwas anderes reden als meine Krankheit und deinen Alltag?

L 01

Vom Reden und Schweigen am Lebensende

Inhalte:

Der Körper kann nicht mehr, aber der Kopf ist noch wach. Immer nur vom Alltag erzählen, kann langweilig und einseitig werden. Immer nur über die Krankheit zu reden, bringt keine Freude.

Das Abendseminar vermittelt abwechslungsreiche Ideen für Hirn und Hand, die altes Wissen und Erinnerungen an Erlebtes zu Tage fördern.

Fingerspiele können an die früheste Kindheit erinnern, lockern auf und können auch im Bett gut durchgeführt werden. Im Mittelpunkt stehen dabei gemeinsame Erfolgserlebnisse, die Freude am Tun und der Kontakt und Dialog zwischen den Beteiligten unter Berücksichtigung der Bedürfnisse und Fähigkeiten der erkrankten Menschen. Wenn genug Worte gewechselt wurden, kann die Stille ihren Raum bekommen.

Es braucht den Mut, Schweigen auszuhalten, z. B. indem wir auf die Stille lauschen und wahrnehmen: unseren Atem, die umgebenden Geräusche. Oder indem wir ein Gebet oder einen Text bewusst mit Ruhe und Pausen sprechen.

Die Teilnehmenden erwartet ein Seminar mit vielen praktischen Übungen und Selbstwahrnehmung.

Zielgruppe:

Angehörige von Schwerstkranken, haupt- und ehrenamtliche Begleiter:innen, alle Interessierten

Termin:

Mittwoch, 21. Februar 2024, 18.00 – 21.30 Uhr

Anmeldung bis 7. Februar 2024

Kursgebühr:

69,- €

Leitung:

Christine Schoierer, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin (Schule Schlaffhorst-Andersen), (Sport-)Mentaltrainerin (Heidelberger Institut für Mentaltraining)