



Zum würdigen Umgang mit älteren Menschen 'Charta der Zivilgesellschaft von Curaviva'

Ideen zur Planung und Durchführung von
Veranstaltungen zu den Charta-Punkten
von Curaviva Schweiz.

Erarbeitet von Fachstellen der reformierten
Landeskirchen der Deutschschweiz und der
Evangelisch-Methodistischen Kirche der
Schweiz (Runder Tisch Alter).

WIR
WERDEN
ÄLTER!

Hochaltrigkeit. alles-hat-seine-zeit.ch

CURAVIVA.CH

VERBAND HEIME UND INSTITUTIONEN SCHWEIZ
ASSOCIATION DES HOMES ET INSTITUTIONS SOCIALES SUISSES
ASSOCIAZIONE DEGLI ISTITUTI SOCIALI E DI CURA SVIZZERI
ASSOCIAZIUN DALS INSTITUTS SOCIALS E DA TGIRA SVIZZERS

Herausgeberschaft:

Die vorliegende Ideensammlung wurde von unten aufgeführten Fachstellen im Auftrag des Runden Tisches Alter erarbeitet. Die Ideen und Möglichkeiten erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit – sie sind gedacht als Impulse und zur Weiterentwicklung

Der Runde Tisch Alter ist eine Arbeitsgruppe von Fachpersonen der Reformierten Landeskirchen und der Methodistischen Kirche der Deutschschweiz.



REFORMIERTE
LANDESKIRCHE AARGAU

Reformierte Landeskirche Aargau | Fachstelle Diakonie | Stritengässli 10 | 5000 Aarau
Zentrale: +41 62 838 00 26 | Direkt: +41 62 838 00 26
christian.haertli@ref-aargau.ch | www.ref-ag.ch



Reformierte Kirchen
Bern-Jura-Solothurn
Eglises réformées
Berne-Jura-Soleure

Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn | Gemeindedienste und Bildung | Altenbergstrasse 66 | Postfach 511 | 3000 Bern 25
Zentrale +41 31 340 24 24 | Direkt +41 31 340 25 07
frieda.hachen@refbejuso.ch | www.refbejuso.ch/Alter



gr-ref.ch

Evangelisch-reformierte Landeskirche Graubünden | Fachstelle Gemeindeentwicklung 3 | Loëstrasse 60 | 7000 Chur
+41 81 257 11 07 / +41 79 815 80 17
rahel.marugg@gr-ref.ch | www.gr-ref.ch



Evangelische Landeskirche des Kantons Thurgau | tecum – Zentrum für Spiritualität, Bildung und Gemeindebau | Kartause Ittingen | CH-8532 Warth TG
Telefon +41 52 748 41 41
heidi.hartmann@evang-tg.ch | www.tecum.ch



Evangelisch-reformierte Kirche
des Kantons St.Gallen

Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons St. Gallen | Arbeitsstelle Diakonie | Oberer Graben 31 | CH-9000 St. Gallen
Telefon +41 71 227 05 61 | Mobile +41 79 707 18 28
hauri@ref-sg.ch | www.ref-sg.ch/diakonie

reformierte
kirche kanton zürich

Evangelisch-reformierte Landeskirche des Kantons Zürich | Alter und Generationenbeziehungen | Hirschengraben 50 | 8001 Zürich
Direkt: +41 44 258 92 95
silvia.niqq@zh.ref.ch | www.zh.ref.ch



Evangelisch-methodistische Kirche

Evangelisch-Methodistische Kirche | Fachbereich Leben 55 plus | Badenerstrasse 69 | Postfach 1344 | 8026 Zürich
Telefon: +41 44 299 30 88
leben55plus@emk-schweiz.ch | <http://www.emk-schweiz.ch/de/aktivitaeten/senioren-55.html>

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft...

1. ... die die demografische Alterung als Chance und ältere Menschen als wertvolle Ressource wahrnimmt. 4
 2. ... die das Altern als eine zum Menschsein gehörende Entwicklung bejaht. 5
 3. ... in der ältere Menschen selbstbewusst eine ihnen entsprechende Alterskultur leben und gestalten. 6
 4. ... in der sich ältere Menschen bis ins hohe Alter weiterentwickeln können. 7
 5. ... in der Menschen zu ihrer Verletzlichkeit, Abhängigkeit und Endlichkeit stehen und dabei auf die Solidarität der anderen zählen können. 8
 6. ... die die Würde alter Menschen uneingeschränkt respektiert, wie immer ihr gesundheitlicher Zustand oder ihre Lebenssituation sein mag. 9
 7. ... in der betagte Menschen die Unterstützung bekommen, die sie nötig haben, und in der entsprechende Angebote bedarfsgerecht entwickelt werden. 10
 8. ... in der die Selbstbestimmung älterer Menschen auch bei reduzierter Urteilsfähigkeit respektiert wird. 11
 9. ... in der die psychosozialen Bedürfnisse von älteren Menschen ebenso ernst genommen werden wie ihre leiblichen Bedürfnisse. 12
 10. ... in der das Sterben als ein Teil des Lebens wahrgenommen wird und alle vom Sterben Betroffenen auf hilfreiche, würdevolle Art Unterstützung erfahren. 13
- Notizen 14

Charta der Zivilgesellschaft: Zum würdigen Umgang mit älteren Menschen

Ideen zur Planung und Durchführung von Veranstaltungen im Rahmen der Kampagne zur Hochaltrigkeit *Alles-hat-seine-Zeit* anhand der 10 Punkte der Charta.

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft...

1. ... die die demografische Alterung als Chance und ältere Menschen als wertvolle Ressource wahrnimmt.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
<p>Die Ressourcen der Menschen im 4. Lebensalter sind wertvoll <i>Wie können wir die Ressourcen hochaltriger Menschen wahrnehmen, aktivieren und verschiedenen Zielgruppen zugänglich machen?</i></p>	<p>Generationenübergreifende Alltags-Aktivitäten Gärtnern / Einmachen Kochen / Backen Nähen / Stricken Holz- / Schreinerarbeiten Velo-Flick-Werkstatt Spielsachen flicken Nähcafé</p>	<p>Alte Menschen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene</p>	<p>Über gemeinsames Tun ins Gespräch kommen und Wissen weitergeben. Freiwillige ProjektleiterInnen gewinnen und coachen für zeitlich beschränkte Projekte. Weitergeben von Kompetenzen verbinden mit Geselligkeit / Gemeinschaft</p>		<p>Freiwilligenbörse, Senior Expert, Punkt35 (Olten)</p>
<p>Die Ressourcen der Menschen im 4. Lebensalter sind wertvoll <i>Betroffene und Angehörige stellen ihre Ressourcen und Erfahrungen solidarisch der Gemeinschaft zur Verfügung.</i></p>	<p>Telefonzirkel als Netzwerk aufbauen Gegenseitige Unterstützung fördern, voneinander lernen</p>	<p>Alte Menschen Betreuende Angehörige</p>	<p>Bedarf abklären, dann Freiwillige als KoordinatorInnen einführen und coachen. Mögliche Themen: gemeinsames Kochen und Essen, Austausch zur Betreuungssituation (Unterstützung, Entlastung)</p>		
<p>Die Ressourcen der Menschen im 4. Lebensalter sind wertvoll <i>Wegwerfmentalität kontra Wiederverwertung – Werte erkennen und voneinander lernen</i></p>	<p>Retroflohmarkt als Begegnungsort</p>	<p>Alle Generationen</p>	<p>Nicht mehr gebrauchte Gegenstände weiter geben. Retro ist in. Markttreiben als Ort der Begegnung nutzen.</p>		
<p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Über Kreatives Arbeiten und lustvolle Aktivitäten die eigenen Altersbilder überprüfen und eventuell zu neuen Bildern kommen. - Im Gespräch herausfinden: Was haben alte Menschen in ihrem Leben als sinnvoll empfunden? Was empfinden sie heute noch als sinnvoll? - Die alten Menschen erfahren ihr Sein als sinnvoll indem sie Wissen und Kompetenzen anderen zur Verfügung stellen. 					

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft...

2. ... die das Altern als eine zum Menschsein gehörende Entwicklung bejaht.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Helle Bilder vom Altwerden entdecken und entwickeln. <i>Von Kindheit, Jugend und Erwachsenenzeit haben wir einladende Vorstellungen und Bilder. Und vom Alter? Generelle Auseinandersetzung mit Altersbildern.</i>	Tagung , organisiert von der Kantonalen Kirche in Zusammenarbeit mit Pro Senectute, katholischer Landeskirche und anderen Partnern	Fachleute aus Altersinstitutionen PolitikerInnen	Workshops in Gruppen: Auseinandersetzung mit den eigenen Bildern vom Alter. Alte Menschen erzählen und bringen helle Bilder mit. Referat zum Thema	Dr. Boglarka Hadinger (www.logotherapie.net)	<i>Wir brauchen helle Bilder vom Altwerden</i> Artikel in den Salzburger Nachrichten vom 29.10.2013
	Tagung (halber Tag) organisiert von der Kirchgemeinde oder einer Region	Kirchgemeindeglieder	Workshops in Gruppen: Auseinandersetzung mit den eigenen Bildern vom Alter. Alte Menschen erzählen und bringen helle Bilder mit. Referat zum Thema	Dr. Jutta Stahl Alterszufriedenheit als Paradox	
	Biografiearbeit	Kirchgemeindeglieder	Zeitfries erstellen, Austausch in PA oder Gruppen Erinnerungskisten gestalten Gestalterischer Ausdruck (Malen, Collagen erstellen,...) Lebensthemen aufgreifen über Gedichte / Bibeltexte / Bilder Weitere Methoden	Walter Lüssi (walter.luessi@zh.ref.ch) Roland Mahler, Psychotherapeut SPV (im Nägelibaum 4, 8352 Elsau, Tel. 052 363 25 27)	
	Erzählcafé der Generationen Einander vom Leben erzählen	Junge (U-20) und alte (Ü-80) Menschen	Generationengespräch	Silvia Nigg Morger, Alter und Generationenbeziehungen (silvia.nigg@zh.ref.ch) Katja Lehnert, Leitung Mittelschularbeit (katja.lehnert@zh.ref.ch)	notabene Nr. 6 / Juli-August 2014

Ziele:

- Die Teilnehmenden überprüfen ihre eigenen Bilder vom Altwerden und setzen sich mit dem eigenen Altwerden auseinander
- Die persönlichen Erkenntnisse der Teilnehmenden verändern die Kommunikation in der Öffentlichkeit zum Alter positiv: Jede Lebensphase hat ihr Gestaltungs- und Entwicklungspotenzial.
- Über die eigene Biografie finden die Teilnehmenden Zugang zu ihren persönlichen Ressourcen und entwickeln daraus eine helle Zukunft: Was habe ich alles geschafft? Was ist noch möglich? Was gibt meinem Leben Sinn?

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft....

3. ... in der ältere Menschen selbstbewusst eine ihnen entsprechende Alterskultur leben und gestalten.					
Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Wohnkultur in Zukunft: <i>Das Wohnen im Alter von morgen</i>	Zukunftswerkstatt: Von der 1-Zimmer-Wohnung in der Alterssiedlung über ein Generationenhaus bis zur WG...	PolitikerInnen Behördenmitglieder Interessierte aus Kirchengemeinden mit ungenutztem Potenzial an Gebäuden Die „Babyboomer“	Diskussion Visionen entwickeln	Leute aus Projekten: Stiftung für Wohnen im Alter / Age Stiftung / Bielefelder Modell / Regionale Projekte / usw.	<i>Älter werden und autonom wohnen – Ein Leitfaden für Frauen, Gemeinden, Liegenschaftsverwaltungen</i> Hsg. Zürcher Frauenzentrale und Age Stiftung (www.age-stiftung.ch)
Wohnkultur in Zukunft: <i>Mein Wohnen im Alter von morgen</i>	Wohnprojekte / verschiedene Formen des Wohnens kennenlernen – <i>aktive Auseinandersetzung mit positiven und negativen Aspekten verschiedener Wohnformen</i>	Menschen ab 50, die sich aktiv mit ihrer zukünftigen Wohnsituation befassen	Besichtigungen Referate Berichte aus gelungenen und misslungenen Projekten		
Ziele: <ul style="list-style-type: none"> - Die heutigen Babyboomer gestalten ihre Wohnzukunft aktiv mit. - Die Zukunftswerkstatt vernetzt die verschiedenen Akteure aus Politik und Gemeinden sowie der Fachwelt aus der Region. - Aus der Zukunftswerkstatt entwickeln sich konkrete Projekte in Gemeinden oder Regionen. 					

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft...

4. ... in der sich ältere Menschen bis ins hohe Alter weiterentwickeln können.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Hohes Alter und Spiritualität <i>Was sind die Bedürfnisse an Formen und Räumen zur gelebten (Alltags-) Spiritualität? Auf Spurensuche zur eigenen Spiritualität.</i>	Projektgruppen bilden, die partizipativ an Konzept-Bausteinen arbeitet. Coaching durch Fachstellen der Landeskirchen und Fachpersonen.	Hochaltrige Gemeindemitglieder	Vorträge mit Austausch und Reflexion in Gruppen Orte und Zeiten der stillen Begegnung schaffen (Kirche, Andachtsraum im öffentlichen Raum, Ort in der Natur...)	Angela Römer-Gerner Anemone Eglin	<i>Möge deine Seele voll sein von Leben – Keltische Spiritualität entdecken</i> (A. Römer-Gerner, Herder Verlag, 1. Auflage, ISBN-10: 3-451-30677-8)
Hohes Alter und gesellschaftliche Vernetzung <i>Den Zugang zur technischen Welt erhalten und über die modernen Kommunikationswege gesellschaftlich vernetzt bleiben.</i>	Infrastruktur bereit stellen Wissen weitergeben Begleitung sicherstellen Internetcafé als mögliche Plattform	Verantwortliche in Alters einrichtungen Soziale Institutionen / Gemeinden Ältere Gemeindemitglieder Jüngere Menschen als Anleitende / Supporter	Bedürfnisabklärungen vornehmen – individuell		
Ziele: <ul style="list-style-type: none"> - Bei Gestaltungsfragen des öffentlichen Lebens Bedürfnisse der Betagten und Hochbetagten aktiv einbeziehen. - Räume schaffen für spirituelles Wachstum, welches im hohen Alter an Bedeutung gewinnt. - Ausprobieren von Neuem – auch im Alter neue Wege gehen. 					

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft....

5. ... in der Menschen zu ihrer Verletzlichkeit, Abhängigkeit und Endlichkeit stehen und dabei auf die Solidarität der anderen zählen können.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Nachdenken über ...Abhängigkeit ...Verletzlichkeit ...Endlichkeit	Gesprächsgruppen	Alte Menschen	Geleitete Gesprächsgruppe Austausch mit der Gesprächsgruppe <i>Angehörige</i>	Gut ausgebildete GesprächsgruppenleiterInnen in der Region Evtl. in Co-Leitung mit Pfarrpersonen Frieda Hachen, Gerontologin MAS, Beauftragte Alter frieda.hachen@refbejuso.ch	Begleitet sterben – Leben im Übergang von Strasser, Körber, Petzold, Gütersloher Verlagshaus, 2013 Das Geheimnis des Lebens berühren Von Erhard Weiher, Kohlhammer, 2008
	Gesprächsgruppen	Angehörige von alten Menschen	Geleitete Gesprächsgruppe Austausch mit der Gesprächsgruppe <i>Alte Menschen</i>	Gut ausgebildete GesprächsgruppenleiterInnen in der Region	
	Tagung z.B. in Zusammenarbeit mit Spitex, Pro Senectute, Alters- und Pflegeheim	Am Thema interessierte Menschen	Referate und geleitete Austauschgruppen	Regionale Fachleute	Altern in Würde - Das Konzept der Würde im 4. Lebensalter Von Torsten Meireis, Theologischer Verlag Zürich, 2013
	Austauschgruppen	Fachpersonen	Geleitete Gruppen	Je nach Thema entsprechende Fachpersonen aus der Region	
Endlichkeit – das Leben vom Tod her begreifen	Referat mit Möglichkeit des persönlichen Austausches	MitarbeiterInnen der Kirche sowie am Thema Interessierte in der Gemeinde	Referat und geleitete Gruppen	Regionale Fachleute z.B. Seelsorge Spital und Alters- und Pflegeheim Pfarrpersonen GerontologInnen In Palliativpflege versierte MedizinerInnen	Über das Sterben v. Gian Domenico Borasio
Begleitung am Lebensende	Gesprächsgruppen	Alte Menschen	Geleitete Gesprächsgruppen	Gut ausgebildete GesprächsgruppenleiterInnen evtl. zusammen mit MedizinerInnen, Fachleuten aus der Palliative Care	

Ziele:

- Persönliche Auseinandersetzung mit dem Lebensende, mit dem Sterben ermöglichen.
- Nachdenken über Fragen und Begleitung am Lebensende.
- Fachliche Auseinandersetzung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in verschiedenen Funktionen.
- Räume schaffen für spirituelle Begleitung.

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft....

6. ... die die Würde alter Menschen uneingeschränkt respektiert, wie immer ihr gesundheitlicher Zustand oder ihre Lebenssituation sein mag.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Würde aus religiöser Perspektive	Gottesdienst	Alle	Predigt	Pfarrpersonen	Die biblische Botschaft betrachtet jeden einzelnen Menschen als Gottes Ebenbild und postuliert auf dieser Grundlage die Würde und Gleichheit aller.
Würde: religiös, philosophisch, psychologisch Kann Würde verloren gehen?	Tagung mit dem Titel Würde ist mehr als ein Wort	Alle Interessierten der Gemeinde	Referate und Workshops	z.B. Heinz Rüegger	Heinz Rüegger: Alter(n) als Herausforderung
Würde im medizinischen und pflegerischen Alltag	Erleben vor Ort – entweder in Zusammenarbeit mit Spital oder Heim	Alle Interessierten der Gemeinde	Erleben vor Ort mit der Möglichkeit von Diskussion	Fachpersonen aus Spital, Spitex und Heim	Böhm: Alterskonzeptionen
Würde als Thema in den Seniorenferien	Seniorenferien zum Thema Würde	Teilnehmende von Seniorenferien	Inputs Gebete, spirituelle Räume, Besichtigungen, persönliche Auseinandersetzung	Allenfalls Leitung der Seniorenferien mit Einbezug von Menschen vor Ort	Stefan Marx: Scham & Würde

Ziele:

- Persönliche Auseinandersetzung mit dem Begriff und der Vielfältigkeit des Begriffs.
- Auseinandersetzung mit konkreten Situationen.
- Seniorenferien als Themenwochen.

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft....

7. ... in der betagte Menschen die Unterstützung bekommen, die sie nötig haben, und in der entsprechende Angebote bedarfsgerecht entwickelt werden.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Integration / Inklusion der betagten Menschen in die Gesamtgesellschaft	Besuchsdienst und Nachbarschaftshilfe fördern	Alte Menschen über 80 Freiwillige	Kontakt durch Treffen zu Mittagstischen, Kultur am Nachmittag, Ausflüge		Tavolata (Migros Kulturprozen)
Information und Diskussion von Lebensentwürfen im Alter	Diskussion über Wohnformen, Lebensstile, Lebensentwürfen	Bevölkerung	Referate mit Gesprächsgruppen		Wilhelm Schmid: Gelassenheit – was wir gewinnen wenn wir älter werden.
Unterstützung Salonfähig machen: Zeitvorsorge-Modelle	Wechselwirkung von <i>Besuchen</i> und <i>Besuchtwerden</i> erkennen: eine win-win Situation	Alte Menschen über 80 (je nach Gesundheitszustand auch früher)	Bewusst machen, dass sie in früheren Jahren auch geholfen hatten und diese Hilfe gerne leisteten		
Kirche als Mitdenkerin in den Aufgaben unserer Zeit	Einberufen eines Seniorenrats, öffentliche Veranstaltung mit andern Playern	Angehörige, Nachbarn, weitere Bezugspersonen von älteren Menschen, ältere Menschen selber, Besuchsdienst	Gemeinsame Anlässe mit sozialen Institutionen wie Alzheimervereinigung, Spitex, Pro Senectute, etc.		
Welche Ausdrucksformen hat die christliche Gemeinschaft im Alltag?	Gemeinschaft im Alltag leben, sichtbar machen; Projektidee ergibt sich aus Methode. Neu erkennen, dass wir auf einander angewiesen sind	Gemeindemitglieder, evtl. auch Personen von ausserhalb	Fragen zur Verfügung stellen, wie Kirche im Alltag erlebt wird. Erzählcafé		
Gesamtthema 7	Gemeinsame Anlässe, Zusammenarbeit klären	Behörden	Zusammenarbeit mit der politischen Gemeinde suchen		

Ziele:

- **Durch Besuchsdienst und Nachbarschaftshilfe die ältere Bevölkerung stärken.**
- **Bewusstsein für Lebensentwürfe im Alter schaffen.**
- **Kirche als Alltagskirche und aktiv gestaltende Institution in Zusammenarbeit mit anderen Playern positionieren.**

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft....

8. ... in der die Selbstbestimmung älterer Menschen auch bei reduzierter Urteilsfähigkeit respektiert wird.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Sensibilisieren für selbstbestimmtes Altern	Patientenverfügung und Biografiearbeit	Ältere Menschen, Besuchsdienst Ältere Menschen Kinder der älteren Menschen	Frühzeitig auf Patientenverfügung aufmerksam machen und zum Ausfüllen motivieren. Das Alter humorvoll aber bewusst wahrnehmen, sich damit auseinandersetzen.	Improvisationstheater, Clown, Seniorentheater Themenabend mit Alzheimervereinigung mit Diskussion	Erich Hofer (EMK) Der Tod und die Ente Oscar: Was uns ein Kater über das Leben und das Sterben lehrt Jugend: wie Bob die Welt sieht
	Lesekreis	Ältere Menschen	Lesen und diskutieren von Beispielen gelingenden Älterwerdens		Abschied (Ginsberg) Dienstags bei Morrie
Stärken der Angehörigen	Raum schaffen für Diskussionen, Erfahrungsaustausch	Angehörige	Regelmässige Diskussionsrunden	Leitungen von Seniorenzentren, SupervisorInnen mit Fachwissen zum Alter	
	Pflegende Angehörige begleiten		Zusammenarbeit mit Pro Senectute Alzheimervereinigung Weitere Institutionen		
Sterbehilfe	Stellungnahmen der Landeskirchen, SEK	Bevölkerung	Podiumsabend, -diskussion zum Thema		
Gesamtthema 8	Tagungen von Landeskirchen zum Thema	Angestellte und Freiwillige	Sensibilisierungsarbeit allgemein		

Ziele:

- **Patientenverfügung als Mittel zur Erhaltung der Selbstbestimmung systematischer vorstellen und anbieten.**
- **Mit verschiedenen Personengruppen die Auseinandersetzung mit dem Thema *Selbstbestimmung* fördern.**

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft....

9. ... in der die psychosozialen Bedürfnisse von älteren Menschen ebenso ernst genommen werden wie ihre leiblichen Bedürfnisse.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Der Mensch ist ein ganzheitliches Wesen – auch im Alter! (Körper / Geist, Psyche / Soziales / Materielle Umwelt) Jede Veränderung in einem Lebensbereich hat Auswirkungen auf die andern.	Tagung oder halber Tag z.B. 4-Lebenskreise-Modell thematisieren; für sich selber eine Bilanz ziehen und allfällige Änderungen einleiten können	Alle Interessierten ab der Lebensmitte	Modell vorstellen und mit Beispielen erläutern. In einer Einzelarbeit das Modell für die persönliche Lebenssituation anwenden.		Modell: Urs Kalbermatten in Erwachsenenbildung mit älteren Menschen Seite 40ff ISBN 3-292-00008-4
Versöhnung mit der eigenen Lebensgeschichte	Biografiearbeit Wochenende oder 4 – 5 Halbtage, alle zwei Wochen	Menschen in der zweiten Lebenshälfte Freiwillige	Anleitungen, Impulse, Austausch, biografische Schreibwerkstatt	Fachpersonen	Verena Kast: Was wirklich zählt ist das gelebte Leben (Kreuz Verlag 2011)
Im sozialen Netz bleiben können	Besuchsdienste aufbauen und weiterentwickeln mit Schwerpunkt für hochaltrige bzw. nicht mehr mobile Menschen	Freiwillige als Bezugspersonen für hochaltrige Menschen	Wissensvermittlung Aufarbeiten von Erfahrungen Übungen für Selbstreflexion Kursangebote an Freiwillige vermitteln und finanzieren		

Ziele:

- Den Teilnehmenden wird bewusst, ob sie ihre 4 Lebensbereiche gleichwertig pflegen oder ob in einem Bereich Handlungsbedarf besteht.
- Versöhnung mit der eigenen Lebensgeschichte, um dannzumal besser „loslassen“ zu können.
- Ein soziales Netz muss früh aufgebaut und immer gepflegt werden, damit es auch im Alter hält.
- Hochaltrige Menschen brauchen Bezugspersonen aus andern Generationen, da ihr Netz natürlicherweise zunehmend kleiner wird; das Vertrauen muss frühzeitig aufgebaut werden.

Wir setzen uns ein für eine Gesellschaft...

10. ... in der das Sterben als ein Teil des Lebens wahrgenommen wird und alle vom Sterben Betroffenen auf hilfreiche, würdevolle Art Unterstützung erfahren.

Titel / Thema	Projektideen	Zielgruppe(n)	Methode(n)	Referenten	Weitere Infos
Sterben und Tod müssen wieder mehr in die Gesellschaft und in den Alltag integriert werden	Vortragsabend zum Thema Patientenverfügung aus medizinischer und seelsorglicher Sicht	Alle Interessierten	Referat und Rückfragen; verschiedene Beispiele von Patientenverfügungen zur Ansicht auflegen	(Spital)-SeelsorgerIn und Hausarzt / Hausärztin	
	Vortrag oder Gespräch zum Thema Lebensende: Palliative Care, spiritual Care, Sterbehilfe	Alle Interessierten	Referat / Streitgespräch Geleitete Gesprächsgruppen		
	Handreichung erstellen zusammen mit der politischen Gemeinde „Was ist zu tun, wenn jemand stirbt?“ „Was kann ich vorkehren bevor ich sterbe?“ Angebot der kirchlichen Seelsorge	Menschen, die in einer Abschiedssituation stehen oder für sich selber Informationen möchten	Arbeitsgruppe bilden aus VertreterInnen des Bestattungsamtes und der ansässigen Konfessionen		Beispiele: Stadt Frauenfeld
	Regionale Trauercafés (z.B. monatlich) mit thematischem Impuls zum Thema Trauer und der Möglichkeit für Gespräche	Direkt Betroffene Menschen in Verlustsituationen	Referat Geleitete Gesprächsgruppe Einzelgespräche Gemeinsam Kaffee trinken	SeelsorgerInnen und weitere, in Trauerbegleitung ausgebildete Personen	Beispiele: Amriswil Ambulanter Hospizdienst TG

Ziele:

- **Möglichkeiten und Grenzen einer Patientenverfügung erkennen und für sich die „richtige“ auswählen können.**
- **Die Frage der Sterbehilfe allein aus Altersgründen ist eine Herausforderung, die unsere gesamte Gesellschaft betrifft und von uns eine eigene Meinung verlangt.**
- **Informationen zu Tod, Beerdigung in ansprechender Weise und verständlich zur Verfügung stellen.**
- **Bewusst machen: Umgang mit Trauer gehört mit zu unserem Leben.**

