

Unser Leben mit dem Tod

Vorträge und Workshops

Termin: 7. und 8. Februar 2020

Ort: Schützengesellschaft am Brill von 1805



Wuppertaler
Thementage

Thema 2020: Trauer

Bei dieser Veranstaltung werden verschiedene Aspekte rund um die Themen Sterben und Tod beleuchtet. Trauer in all ihren Dimensionen ist Schwerpunkt bei der ersten Auflage dieser neuen Reihe.

Zur Einstimmung auf die Veranstaltung sehen wir uns am Freitagabend, den 7. Februar 2020, in geselliger Runde den Film »Kirschblüten-Hanami« von Doris Dörrie an, einen Film über Liebe, Tod und Trauer.

Am Samstag, den 8. Februar 2020 nähern wir uns dem Thema aus verschiedenen Blickwinkeln in Vorträgen und Workshops.

Wir informieren uns unter anderem über den Umgang mit Verlust und erfahren, was Trauernden gut tut.

In den Kaffeepausen und während des Mittagsimbisses besteht Gelegenheit zum zwanglosen Austausch zwischen den Teilnehmenden und den Referenten.

Wir laden Sie herzlich zu dieser Veranstaltung ein.



Katharina Ruth

*Leiterin Hospizdienst
Die Pusteblume*

Dr. Susanne Fudickar

Trauerbegleiterin



Wuppertaler Thementage

Thema 2020: Trauer

Anmeldung für den 7. und / oder 8. Februar 2020

Telefonisch: 0202 . 43 05 124

oder per Mail: hospizdienst@diakonie-wuppertal.de

Anmeldeschluss: 4. Februar 2020

Ort der Veranstaltung:

Schützengesellschaft am Brill von 1805

Roonstraße 17 . 42115 Wuppertal

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Wir danken allen denen es möglich ist für eine Spende.

Christliche Hospizstiftung Wuppertal

Stadtsparkasse Wuppertal

IBAN DE16 3305 0000 0000 9767 79

BIC WUPSDE33XXX

Stichwort: Hospizdienst »Die Pustebblume«

PROGRAMM

Freitag, 7. Februar 2020

ab 18.30 Uhr **Eintreffen der Teilnehmer**


18.45 Uhr **Begrüßung**

19.00 Uhr **Imbiss**

19.45 Uhr **Film »Kirschblüten-Hanami«**

22.00 Uhr **Ende der Veranstaltung**





Samstag, 8. Februar 2020

ab 09.00 Uhr **Eintreffen der Teilnehmer**

09.30 Uhr **Begrüßung und Eröffnung**

Katharina Ruth . *Leiterin Hospizdienst Die Pustebume*

Dr. Susanne Fudickar . *Trauerbegleiterin*

Christine Berghaus . *Moderatorin*

09.45 Uhr **Die Gezeiten der Trauer – über Trauer
und den schweren Weg der Trauernden**

Die Referentin stellt Ihnen das Trauermodell
»Gezeiten der Trauer« von Ruthmarijke Smeding vor,
die sich lange mit dem Erleben von Trauer befasst
und den oft so schmerzhaften Weg aufgezeigt hat.
Dieses Modell nennt sich »Gezeiten der Trauer«,
weil viele Gefühle und Fragen wiederkehren wie
Ebbe und Flut. Was erleben Trauernde? Was passiert
in der Zeit der Trauer? Nach der Vorstellung dieses
Trauermodells möchte die Referentin mit Ihnen
darüber ins Gespräch kommen.

Sylvia Wiederspahn . *Pfarrerin und Hospizbegleiterin*

10.45 Uhr **Kaffeepause**

11.10 Uhr

Trauer und Verluste: Einflüsse und Hilfsmöglichkeiten

Was genau passiert beim Prozess des Trauerns, des Verlusterlebens? Verluste sind in unserem Leben allgegenwärtig – der Verlust des Arbeitsplatzes, Verlust von körperlichen und geistigen Funktionen oder die Trennung vom Partner. Diese krisenhaften Ereignisse können ebenso Trauer auslösen wie der Tod eines geliebten Menschen.

Welche Einflussfaktoren gibt es, die zu einer Trauerbewältigung führen oder aber in eine »komplizierte Trauer« münden? Anschließend wird Psychotherapie als ein mögliches Hilfsangebot dargestellt.

Dr. Hella Marenz . *Psychotherapeutin HPG*

12.00 Uhr

Der Kondolenzbrief

Mit großer Anteilnahme, in stillem Gedenken, mein herzliches Beileid – Wie und warum schreiben wir den Trauernden?

Dr. Dietrich Fudickar . *Betroffener*

12.20 Uhr

Mittagspause mit Imbiss

13.10 Uhr

Der Umgang mit Trauernden

Viele Menschen haben Angst, in einem Trauerfall das Falsche zu tun – und deshalb tun sie lieber gar nichts. Der Vortrag liefert konkrete Beispiele und Anregungen, wie man trösten und Trauernden zur Seite stehen kann.

Dr. Susanne Fudickar . *Trauerbegleiterin*

14.00 Uhr

Trauer und Tod

Eine Einordnung aus der Perspektive der Traditionellen Chinesischen Medizin

Dr. Susanne Osburg . *Ärztin für Traditionelle Chinesische Medizin und Orthopädie*

14.30 Uhr **Kraft von innen durch Ernährung**

Erfahren Sie in diesem Workshop, wie ein gestärkter Bauch Sie wieder in Ihre Mitte bringt und Kraft für neue Wege bietet.

Sylvia Djuren . *Zertifizierte Ernährungsberaterin
in der Traditionellen Chinesischen Medizin*

14.50 Uhr **Kaffeepause**

15.10 Uhr **Wenn Trauer uns die Luft
zum Atmen nimmt**

Trauer kann die Lunge aus dem Gleichgewicht bringen. In der Trauer atmen viele Menschen sehr flach, sie ziehen sich in sich zurück. In diesem Workshop werden Wege aufgezeigt, wie Sie durch bewusstes Atmen loslassen, sich öffnen und Energie tanken können.

Claudia Schweder . *Übungsleiterin und Pilatestrainerin*

15.40 Uhr **Gemeinsames Singen
als Trauerbegleitung**

Singen ist die Sprache der Seele. Gemeinsames Singen verbindet die Menschen und gerade im Zusammenhang mit Sterben, mit dem Tod kann das gemeinsame Singen sehr viel für das Seelenheil tun. Wir singen mit Freude, ohne perfekt sein zu müssen.

Marco Lombardo . *Singeleiter, Moderator und Journalist*

16.45 Uhr **Verabschiedung**

17.00 Uhr **Ende der Veranstaltung**



Kontakt.

Leitung: Katharina Ruth

Hospizbüro Elberfeld

Ansprechpartner: Rolf Justus · Gabriele Weber

Blankstraße 5 · 42119 Wuppertal

Telefon 0202 . 43 05 124

Fax 0202 . 43 05 122

Hospizbüro Barmen

Ansprechpartner: Bettina Beutel · Nele Fischer

Stollenstraße 2–6 · 42277 Wuppertal

Telefon 0202 . 25 29 751

Fax 0202 . 25 29 360

hospizdienst@diakonie-wuppertal.de

www.hospizdienst-wuppertal.de

