



Montag 8. April 2019 | 19 Uhr

Die Angst vor der eigenen Sterblichkeit überwinden

Tod und Sterben sind ein Tabuthema in unserer Gesellschaft. Wir wissen alle, dass unsere Lebenszeit begrenzt ist, verdrängen diese Tatsache aber gerne. Erst wenn wir erkranken, manchmal schwer erkranken, setzen wir uns damit auseinander.

Dass unser Leben begrenzt ist, macht uns Angst. Was können wir tun, um uns diesem Thema angstfreier zu nähern? Und was können wir von Kindern und Jugendlichen lernen, die schwer krank waren und nicht wieder gesund wurden? Sind sterbende Kinder unsere großen Lebenslehrer?

Welche Dinge hindern uns daran, auch in Zeiten, wenn wir gesund und fit sind, über dieses Thema nachzudenken oder darüber mit anderen Menschen zu reden?

Den Lebenstagen viel Freude abzugewinnen, die Zeit unseres Lebens gut und wertvoll zu gestalten, das könnten wichtige Ziele und Anliegen sein. Wie kann das, auch im Alltagsstress, gelingen?

Wenn wir uns trauen uns mit dem Thema Krankheit, Tod und Sterben auseinanderzusetzen, können wir erreichen, dass wir freudiger und angstfreier leben lernen und am Lebensende auch zufrieden sterben können.

Referentin: **Annette Roskamp**, Kinderhospizhelferin, Trauerrednerin und Trauerbegleiterin, Soest

April – Juni 2019

Montag | 8. April 2019 | 19 – 21 Uhr

Die Angst vor der eigenen Sterblichkeit überwinden

Referentin: Annette Rosskamp, Kinderhospizhelferin, Trauerrednerin und Trauerbegleiterin, Soest

Montag | 13. Mai 2019 | 19 – 21 Uhr

Warum Yoga bei Krebs besonders wirksam ist Daten – Zahlen – Fakten

Referentin: Gaby Kammler, Yoga Lehrerin (Advanced Teacher, Yoga for Cancer), ehemalige wissenschaftliche Außendienstmitarbeiterin in der Onkologie, bundesweite Ausbilderin für „Yoga und Krebs“, Köln

Montag | 24. Juni 2019 | 19 – 21 Uhr

Dement aber nicht bescheuert - Wie es gelingen kann, trotz einer dramatischen Erkrankung, miteinander zu lachen und die Hilffsysteme sinnvoll zu nutzen

Referent: Jörgen Mattenklotz, Dozent für psychiatrische Pflege, Fachbuchautor und Fachkrankenpfleger für Psychiatrie, Lippstadt

Ort: Kloster Paradiese, im Blauen Saal des Ostflügels, Im Stiftsfeld 1, 59494 Soest-Paradiese, **Anmeldung** nicht erforderlich, **Parkplätze** stehen Ihnen auf dem Gelände zur Verfügung. **Der Eintritt ist frei**