

**Seniorenbildung** ist seit Jahrzehnten die Aufgabe, die wir uns als engagierte Freiwilligengruppe zu stets neuen Themen stellen. Den Namen **Ökumenische Altersbildung**, unter dem man uns kennt, verstehen wir im ursprünglichen Sinn als Vermittlung von **Weiterbildung für alle interessierten Seniorinnen und Senioren**. Unsere Veranstaltungen werden unterstützt von der **politischen Gemeinde sowie der reformierten und der katholischen Kirchgemeinde**, die beide offen sind für alle Menschen. Wir erarbeiten für Frühling und Herbst je einen Vortragszyklus im Interessenbereich der älteren Generation und zweimonatlich einen weiterführenden Anlass.

Gerne laden wir Sie zu den Veranstaltungen ein.

Sie sind unentgeltlich, erfordern keine Anmeldung und stehen auch jüngeren Interessierten offen. Auf die Vorträge folgt in der Regel eine Kaffeepause. Anschliessend ist Zeit eingeplant, um mit den Referenten ins Gespräch zu kommen.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Beachten Sie die Hinweise in den folgenden Medien:

Fischotter, Zürichsee-Zeitung, forum, reformiert, GmeindSpiegel, Webseite der Gemeinde Männedorf

---

Das Vorbereitungsteam erteilt gerne weitere Auskünfte.

Ursula Feiner

Tel. 044 921 66 37

Hans und Heidi Holzer

Tel. 044 920 47 59

Titelbild von Dorothea Rosenstock

Seniorenbildung Männedorf  
Ökumenische Altersbildung

**Herbstveranstaltung 2018**

## **Älter werden – Abschied nehmen**



**Ref. Kirchgemeindehaus Männedorf**

Dienstag, 13. November, 09:15 Uhr

Dienstag, 20. November, 09:15 Uhr

Dienstag, 27. November, 09:15 Uhr

## **Gelingender Abschied – A Dieu!**

Wer wünscht sich nicht ein schönes, erfülltes Alter, Gesundheit, Weisheit und Gelassenheit. Jedoch: «Mach' nicht den Fehler und leb' zu lang!», schrieb der Autor und Bibliothekar Erhart Kästner. Was hat es mit dieser kühnen Aussage auf sich?

**Dr. Heinz Rügger** stellt fest, dass das Sterben sich verändert hat. Es wird – im Rahmen des heutigen Gesundheitswesens und der hochstehenden Medizin – immer mehr mit dem Entscheid verbunden, auf lebensverlängernde Massnahmen zu verzichten. Dabei geht es häufig gar nicht um begleiteten Suizid, sondern um die sogenannte Passive Sterbehilfe, bei der man auf künstliche Lebensverlängerung verzichtet. Der Gewinn an individueller Entscheidungsfreiheit ist für manche möglicherweise eine Überforderung. Wie mit dieser Situation sinnvoll umzugehen ist, soll an der Veranstaltung erörtert werden.

**Tony Styger** stellt das Projekt «Lebensspiegel» vor. Durch diesen schaut eine von Lebenskrisen belastete Person gemeinsam mit einem ausgebildeten Begleiter auf ihre ganze Existenz zurück. Daraus soll sie Kraft schöpfen, sich in einer schwierigen Situation neu auf die Sinnsuche einzulassen und die Bedeutung der eigenen Lebensgeschichte zu würdigen. Mit ihrem persönlichen Text bestimmt sie mit, wie sie der Nachwelt in Erinnerung bleiben möchte. Kehrt dadurch innere Ruhe ein, kann das ebenso hilfreich sein wie eine Schmerzmilderung durch Medikamente.

**Sybille Binders** Thema heisst Spiritualität in der Medizin. In der modernen Medizin, die demonstriert, wie so vieles machbar geworden ist, findet Spiritualität wenig Platz. Sie ist aber eine Basis für die letzte Phase des Lebens. Sie ist individuell und berührt jeden Menschen anders. Spiritualität kann man nicht lernen, man kann sich ihr aber in schwierigen Lebenssituationen nähern und Erleichterung finden, so auch im Sterben. Die Referentin geht auf diverse Aspekte der Spiritualität und auf deren Wichtigkeit im Alterungsprozess ein.

## **Vorträge**

**Dienstag, 13. November, 09:15 bis 11 Uhr**

### **Selbstbestimmtes Sterben: Freiheit – Zumutung – Überforderung?**

Dr. Heinz Rügger

Theologe/Ethiker/Gerontologe, wissenschaftlicher Mitarbeiter des Instituts Neumünster (Zollikerberg), Autor

**Dienstag, 20. November, 09:15 bis 11 Uhr**

### **Projekt „Lebensspiegel“ Würde erfahren in schwerer Krankheit**

Tony Styger

Theologe, Projektleiter, Notfallseelsorger

**Dienstag, 27. November, 09:15 bis 11 Uhr**

### **Spiritualität in der Medizin**

Sybille Binder

Geschäftsführerin Institut für integrative Naturheilkunde Zürich