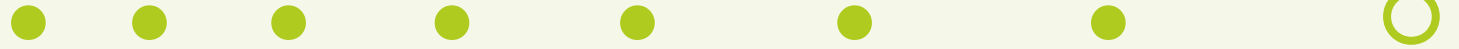


„Sterbens-krank“ - und jetzt?



Offene Gruppe für Menschen,

- die schwer erkrankt sind oder einen Unfall hatten,
- die ihre letzte Lebensphase selbstbestimmt gestalten wollen,
- deren Angehörige oder Vertraute.

Die begleitete Gruppe bietet viel Raum voneinander zu lernen, Erfahrungen auszutauschen und Informationen einzuholen. Ein Gruppenzyklus besteht aus sechs Terminen mit verschiedenen Themenschwerpunkten. Es ist auch möglich einzelne Termine zu besuchen.

*Dem bewegten Denken
in dieser Zeit einen Raum geben.*

Leitung:

- **Mag.^a Gerlinde Bieringer**
Juristin, Mediatorin, Coach
- **Isabella Süß**
Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Trauerbegleiterin, Traumapädagogin

Ort und Anmeldung:

- Familienberatungsstelle
„Bewusst entscheiden - Beratung zum Lebensende“
3300 Amstetten
Hauptplatz 21
(barrierefreier Zugang)
- +43 681 81 88 56 00
- info@bewusst-entscheiden.at
- freiwilliger Kostenbeitrag

3300 Amstetten, Hauptplatz 21
info@bewusst-entscheiden.at
+43 681 81 88 56 00
www.bewusst-entscheiden.at

Termine und Themen:

6.5.2024 / 16 bis 18 Uhr:
**Krankheit, Schicksal, Sterben -
persönliches Erleben**

Meinen eigenen Umgang damit finden. Mein persönliches Erleben. Schicksalsschlag, Schock. Was denke und fühle ich? Handlungsfähigkeit - was hilft mir? Was möchte ich? Woran glaube ich?

3.6.2024 / 16 bis 18 Uhr:
**Krankheit, Schicksal, Sterben -
Umgang in der Familie
und im Umfeld**

Wie gehe ich damit in der Familie, im Freundeskreis, im Umfeld um? Wie kann ich mit meinen Angehörigen, Kindern, Vertrauten gut kommunizieren? Umgang mit Abschied.

1.7.2024 / 16 bis 18 Uhr:
Krankheit als „Zumutung“

Wie und was mute ich mir und anderen zu? Was muss, soll oder kann ich tun? Was wird von mir erwartet, was erwarte ich von mir selbst? Meine Grenzen?

29.7.2024 / 16 bis 18 Uhr:
Trauer

Wie gehe ich mit meiner Traurigkeit um, wie mit der Traurigkeit meiner umgebenden Menschen? Trauer- und Sterbephasen, Trauertypen, aufkommende Gefühle (Trauer, Wut, Scham, Schuldgefühle, Ekel, Liebe, usw.). Abschiede von Gesundheit, Aktivitäten, Fähigkeiten.

2.9.2024 / 16 bis 18 Uhr:
**Mein Alltag in einer krankheits-
geprägten Lebensphase**

Viele Fragen und Themen beschäftigen mich: Wohnen, Finanzen, Pflege, Hospiz- und Palliativ care. Wo sind meine Freiräume?

7.10.2024 / 16 bis 18 Uhr:
Rechtliche Planung

Welche Planungsmöglichkeiten habe ich bei einer Erkrankung und für das Lebensende? Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, rechtliche Vertretung, Familienhospizkarenz, Nachlassregelung, Sterbeverfügung,...

bewusst entscheiden
Beratung zum Lebensende

