



Katholische Kirche
in Winterthur

Erfolgreich alt werden – erfolgreich sterben!?
Wie alt werden geht.



Podiumsdiskussion, Workshops, Gottesdienst, Apéro
Samstag, 30. Mai 2015, 14.15 bis ca. 20.30 Uhr
Pfarreizentrum St. Urban, Seenerstrasse 193, 8405 Winterthur





Erfolgreich alt werden – erfolgreich sterben!?

Wie alt werden geht.

In der Schweiz leben wir nicht nur immer länger, sondern bleiben auch länger gesund und leistungsfähig. Zu dieser Phase des «Längerlebens» gehören das aktive Gestalten und Geniessen. Aber auch das Schwinden der Kräfte, Krankheiten und letztendlich das Sterben sind Teil des Altwerdens.

Wie gehen wir mit der zunehmenden Abhängigkeit von Unterstützung in den verschiedensten Lebensbereichen um? Wie geht alt werden in einer Gesellschaft, in der Selbstbestimmung und Leistungsfähigkeit hoch angesehen sind?

Ist nur ein selbstbestimmtes auch ein «erfolgreiches» Leben? Liegt es in unserer Verantwortung, «erfolgreich» alt zu werden. Auch «erfolgreich» zu sterben?

- Am **Samstag, 30. Mai 2015**, ab 14.15 Uhr diskutieren auf dem **Podium**:

Doris Held

Psychologin, Meditationslehrerin, Master in Spiritualität der Universität Zürich

Peter Koller

Theologe, Gemeindeleiter katholische Pfarrei St. Urban

Brigitte Müller

Leiterin Altersheim St. Urban

Eine Bewohnerin des Altersheims St. Urban

Dr. Bernadette Ruhwinkel

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Schwerpunkt Alterspsychotherapie

Franziska Trüb Gaja

Leiterin Pflege am Zentrum für Palliative Care des Kantonsspital Winterthur

- Anschliessend **Workshops** mit den Podiumsgästen zu Themen wie Aktivität und Kreativität im Alter, Leben im Altersheim, Spiritualität und Älterwerden, Palliative Care, Tod als Teil der Schöpfung, selbstbestimmt Sterben

- **Zvieripause**

- Um 18.00 Uhr gemeinsamer **Gottesdienst** aller Winterthurer Pfarreien

- **Apéro riche** für alle Teilnehmenden zum Abschluss

Beginn 14.15 Uhr; Ende ca. 20.30 Uhr; keine Anmeldung notwendig

Pfarrzentrum St. Urban, Seenerstrasse 193, 8405 Winterthur

Anzahl Parkplätze beschränkt; Haltestelle «St. Urban», Bus Nr. 3, direkt vor dem Pfarrzentrum

Es lädt ein: Treffpunkt Zukunft (Mathilde Empl, Andrea Fetz, Susanne Horak, Peter Koller, Julia Meszaros, Santina Mezzasalma, Nelly Oklé, Susanne Ruckstuhl, Claudia Sedioli, Anita Waibel, Michael Weisshar)

Mehr Infos: www.kath-winterthur.ch; susanne.horak@kath-winterthur.ch; Tel. 052 269 03 87