

Ohrensesselgespräche Herbst 2017 mit Menschen in existentiellen Grenzsituationen

Unterstützt durch



**Ohne äussere Bewegung mit viel
innerer Bewegung unterwegs**
Peter Lude

Das Leben als pflegender Angehöriger
Peter Niggli

Der Krankheit davonlaufen!
Jasmin Nunige

Mittwoch
20. September 2017

Donnerstag
2. November 2017

Mittwoch
29. November 2017

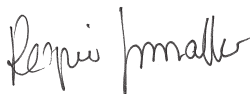
jeweils 17.30–19.00 Uhr
Careum Weiterbildung
Mühlemattstrasse 42, Aarau

Sehr geehrte Damen und Herren

Es ist immer wieder beeindruckend, welche erstaunliche Kräfte und Fähigkeiten Menschen angesichts eines schweren Schicksalsschlags entwickeln. Eine unheilbare Krankheit oder ein Unfall, der zu Querschnittlähmung führt, lassen – so der Philosoph Karl Jaspers treffend – die vertrauten Überzeugungen und illusionären Sicherheiten zerbrechen, die grundlegenden Widersprüche des menschlichen Lebens sichtbar werden und stellen den bisherigen Lebensentwurf in Frage. Wie erleben Betroffene eine solche Grenzsituation? Wie meistern sie den «Sturz» aus ihrer bisherigen Realität? Wie kann es gelingen, innere und äussere Kräfte zu mobilisieren, ein erfüllendes und ausgefülltes Leben zu führen und lebensfroh unterwegs zu sein – trotz MS, Tetraplegie oder Demenz?

Wir haben drei Persönlichkeiten zu unseren Ohrensesselgesprächen eingeladen, die ihren Weg in beeindruckender Weise gefunden haben mit ihrer Krankheit und Behinderung oder als pflegender Angehöriger ein gutes Leben zu führen. Peter Lude, Peter Niggli und Jasmin Nunige lassen uns an ihren Erfahrungen, persönlichen Auseinandersetzungen und Entwicklungen teilhaben und machen Mut.

Sie sind herzlich eingeladen!



Dr. Regine Strittmatter
Geschäftsleiterin
Careum Weiterbildung

Mittwoch, 20. September 2017 Ohne äussere Bewegung mit viel innerer Bewegung unterwegs

Dr. Peter Lude, 52, beschäftigt sich seit 33 Jahren mit innerer Lebendigkeit und Fitness. Dabei bewegt er sich äusserlich kaum. Seit einem Kopfsprung ins Meer kann er weder Arme noch Beine aktiv bewegen, auch die Atmung ist eingeschränkt. Diese extreme Lebensform vermag gerade in Bezug auf ihre Quellen für eine innere Kraft zu verblüffen – im Gegensatz zur äusseren Muskelkraft. Mit einer „Hopp und Hopp-Fitness“ lässt sich der Lebensmarathon der Unbeweglichkeit nicht bestreiten. Es braucht dafür subtile, von aussen nicht sichtbare, starke psychische Prozesse. Diese werden in ihrer Stärke oft nicht erkannt. Verblüffend ist auch: diese Prozesse sind allen zugänglich.

Peter Lude studierte Psychologie an der Universität Bern und ist Fachpsychologe für Psychotherapie FSP. Er führt eine eigene Praxis als Psychotherapeut, ist Dozent, Autor und Vize-Gemeindeamann von Bad Zurzach.

Peter Lude (2016) Querschnittlähmung – Schritte der Bewältigung: Die Kraft der Psyche. Springer Verlag



Peter Lude

Donnerstag, 2. November 2017
Das Leben als pflegender Angehöriger

Diagnose Alzheimer: Diese Krankheit seiner Frau Rasieda veränderte Peter Niggli's Leben. Trotz den schwierigen Umständen geniesst Peter Niggli jede Minute mit seiner Ehefrau. 2016 wurde ihm der Fokuspreis der Schweizerischen Alzheimervereinigung verliehen.

Eine Demenzerkrankung stellt den Alltag auf den Kopf, die Betroffenen und ihr Umfeld vor grosse Herausforderungen.

«Wir haben nie ein Geheimnis um die Erkrankung gemacht, sondern offen darüber gesprochen», sagt Niggli. «Wir haben gute Erfahrungen gemacht mit diesem Vorgehen. Ein Spaziergang durch Lenzburg ist für uns zu keiner Zeit ein Spiessrutenlauf.»

Hingegen waren alle Zukunftspläne, welche das Ehepaar geschmiedet hatte, mit einem Schlag vom Tisch gefegt. Der Traum, den dritten Lebensabschnitt gemeinsam abwechselnd in Lenzburg und in Südafrika, Rasiedas Heimat, zu verbringen, von einem Moment auf den andern geplatzt. Er erzählt uns, woher er die Kraft holt, trotz der schweren Erkrankung seiner Frau lebensfroh im Hier und Jetzt zu leben.



Peter und Rasieda Niggli

Mittwoch, 29. November 2017
Der Krankheit davonlaufen!

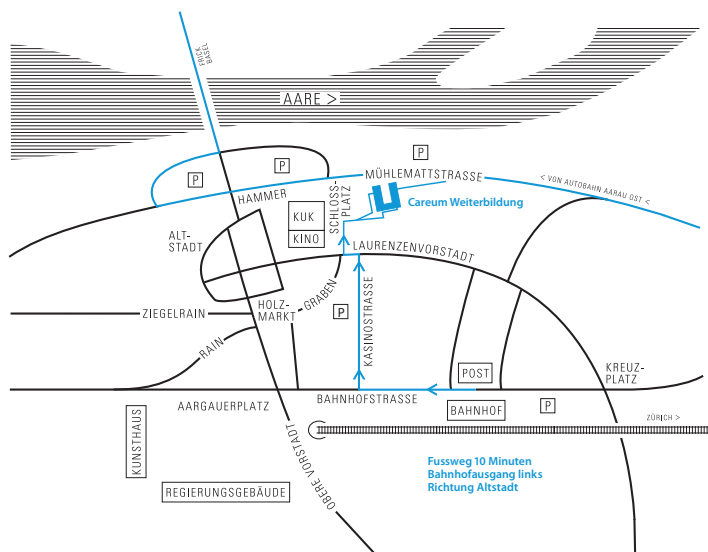
Jasmin Nunige ist in Davos geboren und aufgewachsen. Sie war als junge Athletin Langläuferin und Mitglied der Schweizer Nationalmannschaft. Sie vertrat die Schweiz 1994 an den Olympischen Spielen in Lillehammer.

Nebst verschiedensten Erfolgen im Langlauf hinterliess Jasmin ihre Spuren vor allem im Berglauf und Trailrunning. Sie gewann den Swiss Alpine Marathon sage und schreibe sechs Mal. Sie ist Mutter von zwei Kindern und arbeitet als medizinische Masseurin mit eigener Praxis in Davos. Ihre Erfolge im Spitzensport sind umso beeindruckender, als Jasmin im Jahr 2011 erfuhr, dass sie an Multiple Sklerose (MS) erkrankt ist. Die niederschmetternde Diagnose hat sie nicht davon abgehalten, weiterhin Spitzensport zu betreiben. Aber ihr Erfolgsdenken habe sich um tiefgreifende Komponenten verändert, sagt sie in einem Interview im Tagesanzeiger, um Begriffe wie Geduld, Vertrauen, Demut und Dankbarkeit und durch ein neues Körperbewusstsein.



Jasmin Nunige

So finden Sie Careum Weiterbildung



Moderation

Dr. Jörg Haslbeck
Careum Kompetenzzentrum
Patientenbildung

Zeit und Ort

jeweils 17.30–19.00 Uhr
Careum Weiterbildung, Aarau
Situationsplan unter
www.careum-weiterbildung.ch/kontakt

Kostenloser Eintritt

mit anschliessendem Apéro

Anmeldung erwünscht

www.careum-weiterbildung.ch/tagungen

Administration

Natalie Wirz, Tel. +41 (0)62 837 58 52
natalie.wirz@careum-weiterbildung.ch

Careum Weiterbildung

Mühlemattstrasse 42
CH-5000 Aarau
Tel. +41 (0)62 837 58 58
www.careum-weiterbildung.ch
info@careum-weiterbildung.ch