

**1. Workshop zweisam & doch einsam?**

Dass Märchen ein gutes Ende haben, das wissen wir. Im Leben bleiben aber zum Schluss manchmal der Wolf und die Hexe übrig und nicht die Prinzessin und der Prinz. Warum? Und was können wir tun, dass uns nicht am Schluss doch nur ein Frosch küsst? Wir setzen uns mit «gereiften» Beziehungen und Beziehungen von «gereiften» Menschen auseinander.



*Annette Brockhaus*, ist Familientherapeutin und Mediatorin und arbeitet als solche bei Paarberatung & Mediation im Kanton Zürich in Männedorf. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren vier Kindern in Zürich. Ihr Lieblingsmärchen: Die Schöne und das Biest.

**2. Workshop Umgang mit Einsamkeit im Alter**

Ein beachtlicher Anteil von Senior\*innen kennt Einsamkeit. Wie gehen sie mit diesem Gefühl um? Welche Wege gibt es für sie aus der Einsamkeit? Was können wir von alten Menschen über den Umgang mit Einsamkeit lernen?



*Monika Kaspar*, Sozialdiakonin im Seniorenbereich, reformierte Kirchgemeinde Stäfa, leitet u.a. in Stäfa die Besuchsdienste und engagiert sich bei «Letzte Hilfe» – Kursen.

**3. Workshop Helfen Glaube und Spiritualität gegen Einsamkeit? Was erzählt uns die Bibel darüber?**

Einsamkeit ist nicht nur ein Phänomen unserer Zeit. Schon immer haben sich Menschen einsam und allein gelassen gefühlt, auch in biblischen Zeiten. Wir schauen uns einige Bibelworte genauer an und kommen darüber ins Gespräch.

Jessica Stürmer, Pfarrerin und Erwachsenenbildnerin, Ref. Kirche Kanton Zürich, Abteilung Kirchenentwicklung.

**4. Workshop Seele zart – Umwelt hart**

Auf spielerische Weise finden wir zusammen Antworten auf folgende Fragen: Was versteht man unter Hochsensibilität? Weshalb gibt es immer mehr Menschen, die sich als hochsensibel bezeichnen? Welche Zusammenhänge bestehen zwischen hoher Sensibilität und Einsamkeit?



Heidi Bremi, ist Sozialarbeiterin und leitet seit mehr als drei Jahren Gruppen, in denen sich hochsensible Menschen austauschen können. Zum Thema Einsamkeit hat sie in einem Nachdiplomstudium geforscht und freut sich darauf, beide Themen zu verknüpfen.

reformierte  
kirche kanton zürich

**Einsam unter vielen****Besuchsdiensttagung**

**Dienstag, 28. September 2021, 09.00 – 16.15 Uhr**  
**Dienstag, 9. November 2021, 09.00 – 16.15 Uhr**  
**Ort: Hirschengraben 50, 8001 Zürich**

Wer hätte gedacht, dass dieses Thema «Einsam unter vielen» so aktuell sein würde. Doch Einsamkeitsgefühle erleben Menschen nicht nur zu Zeiten der Coronapandemie. Einsamkeit ist mittlerweile in allen Altersgruppen angekommen. Wie immer beleuchten wir das Thema aus unterschiedlichen Perspektiven. Was sollten wir darüber wissen? Wie können wir Einsamkeit begegnen?

Wir freuen uns auf eine angeregte Tagung.

### Einsam unter vielen

Menschen können allein sein, wenige soziale Kontakte und Freundschaften pflegen, und dennoch nicht von Einsamkeit betroffen sein. Oder sie können, so scheint es zumindest, gut in die Gesellschaft integriert sein, unter vielen sein – und sich trotzdem einsam fühlen. Einsamkeit ist ein subjektives Gefühl und hat immer wieder andere Facetten – von der Jugend bis hin zum hohen Alter. Mit einem Fokus auf die Einsamkeit im Alter gilt es zu suchen, was Einsamkeit ausmacht, wie sie sich zeigt, und wie wir individuell und als Gesellschaft mit ihr umgehen können.

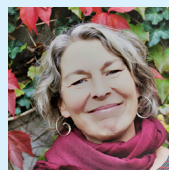


*Dr. Eliane Pfister Lipp*, Philosophin und Ökonomin und leitet das Institut Neumünster, ein Kompetenzzentrum für Lebensqualität im Alter in Zollikerberg. In Zusammenarbeit mit einem Alterszentrum in der Stadt Zürich hat sie mit ihrem Team untersucht, wie sich soziale Einsamkeit bei älteren Menschen äussern, wie man sie erkennen und ihr begegnen kann.

Referat

### Der Einsamkeit als Besuchende begegnen

Einsamkeit hat vielfältige Ursachen und Ausprägungen. Darüber hören wir im Referat von Frau Dr Eliane Pfister Lipp. Was können wir als Besucherinnen und Besucher beitragen? Was verbinden wir persönlich mit Einsamkeit? Wie können wir mit anderen darüber ins Gespräch kommen? Anhand von Beispielen tauschen wir Erfahrungen aus.



*Heidi Minder Jost*, Sozialarbeiterin und Psychologin, arbeitet als Bereichsleiterin Aus- und Weiterbildung beim Tel 143 - Die Dargebotene Hand in Basel und als Fachbeauftragte Alter bei den Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn.

9.00	Begrüssung
9.15	Einsam unter vielen. Referat und Diskussion
10.15	Pause
10.45	Der Einsamkeit als Besuchende begegnen
12:15	Mittagessen
14:00	Workshops
15:30	Pause
15:45	Gemeinsamer Abschluss
16:15	Ende

Programm



*Eva Niedermann*, Fachmitarbeiterin für Alter&Generationen an der Evangelisch-reformierte Landeskirche des Kantons Zürich in der Abt. Kirchenentwicklung; sie plant, organisiert und moderiert die Besuchsdiensttagungen.

**Kosten** Fr. 70.–

### Anmeldung nur online über das Suchfeld Besuchsdiensttagungen 2021

Für Rückfragen: Dorathea Morf, Blaufahnenstrasse 10, Postfach, 8024 Zürich, [dorathea.morf@zhref.ch](mailto:dorathea.morf@zhref.ch), 044 258 92 66

Die Anmeldungen werden nach Datum des Eingangs berücksichtigt.

### Tagungsleitung:

Evangelisch-reformierte Landeskirche des Kantons Zürich  
Abteilung Kirchenentwicklung  
Eva Niedermann  
Alter& Generationen  
[eva.niedermann@zhref.ch](mailto:eva.niedermann@zhref.ch), 044 258 92 95