

Kurse für Erwachsene 60+

Spiritualität im Alter

Viele Seniorinnen und Senioren fragen sich, wie sie ihre freie Zeit, ja ihr Leben, sinnvoll gestalten können. Themen, wie Krankheit, Tod, Einsamkeit, das Loslassen liebgewordener Menschen, der Wert von Freundschaften, aber auch der Zustand der Welt beschäftigen. Der Kurs thematisiert die Sinnsuche im Alter und die Rolle, welche die Spiritualität darin einnimmt. Können wir etwas von Senior*innen im globalen Süden lernen?

→ Lerninhalte

Die Teilnehmenden setzen sich mit den drängenden Themen des Alters und ihren Fragen auseinander. Sie diskutieren, wie Spiritualität zur Sinngebung beitragen kann und welche Ressourcen sie haben, um mit den Einschränkungen des Lebens umzugehen und den Alltag sinnvoll zu gestalten.

Rituale in aller Welt?

Vom Morgenkaffee am Küchentisch bis zum Stückchen Schoggi nach dem Abendessen – bewusst und unbewusst durchziehen Rituale unser Leben. Sie markieren auch besondere Anlässe und Wendepunkte. Der Kurs thematisiert Rituale aus der Schweiz und anderen Ländern: Wie wird in Bolivien begrüßt, im Kongo der Gang zum Gottesdienst zelebriert und warum in Kamerun eine Eheketten überreicht?

→ Lerninhalte

Die Teilnehmenden informieren sich über Rituale in aller Welt und setzen ihre Eindrücke zu eigenen Erfahrungen in Beziehung. Sie haben ein vertieftes Verständnis der Bedeutung von Ritualen und deren Funktion in ihrer gegenwärtigen Lebenssituation.

Älter werden in anderen Ländern

Anhand von Lebensgeschichten von Seniorinnen und Senioren aus fernen Ländern erfahren Sie Konkretes über deren Alltag. Sie lernen Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Lebenswelten kennen und erhalten Einblicke, wie Menschen in fernen Ländern ihr Älterwerden meistern. Wer schaut für sie, wenn sie älter werden? Gibt es so etwas wie AHV, Pensions- oder Krankenkasse?

→ Lerninhalte

Die Teilnehmenden lernen die Situation von älteren Menschen in Kamerun, Hongkong, Bolivien, und Indonesien kennen. Sie erörtern Stärken und Schwächen der eigenen und fremden Lebenssituation.