

## Protokoll

### GrossmütterForum 2014

Datum	23. Oktober 2014
Ort	Pavillon, Park im Grünen, Gurten/BE
Moderation	Anette Stade
Teilnehmende	gemäss Liste

#### Agenda

1. Begrüssung und Einführung in die Konferenz
2. Podium „Bleibe oder gehe ich?“
3. Workshops / Ausblick auf den Nachmittag
4. Musikalisches Intermezzo
5. Marktplatz
6. Rückmeldungen aus den Workshops
7. Fazit und Ausblick 2015

#### 1. Begrüssung und Einführung

Jessica Schnelle begrüsst alle Teilnehmerinnen zum 5. GrossmütterForum mit dem Thema „Bleibe oder gehe ich?“ auf dem Gurten.

Jessica Schnelle ist Projektleiterin Generationen beim Migros-Kulturprozent. Ihr Vorgesetzter Heinz Altdorfer hat die Veranstaltungen der GrossmütterRevolution bis 2013 begleitet. Er wird in wenigen Tagen pensioniert. Seine Funktion wird Ramona Giarraputo ab Juni 2015 übernehmen. Sie nimmt heute an der Veranstaltung teil.

Die GrossmütterRevolution besteht seit 5 Jahren. Das Migros-Kulturprozent ist stolz auf die Entwicklung des Projekts und auf das, was die GrossmütterRevolution bewegt hat. Die GrossmütterRevolution ist zu einer Schweizer Institution geworden. Im Schweizer Fernsehen wurde eine Sendung über Altersarmut (Dienstagsclub) ausgestrahlt, an der Heidi Witzig von der GrossmütterRevolution teilgenommen hat. Es gibt immer mehr Veranstaltungen rund ums Alter und die GrossmütterRevolution hat im seit September 2014 erscheinenden Grosse Elternmagazin eine eigene Kolumnen- und Informationsseite. Dies zeigt, dass die GrossmütterRevolution präsent ist und man sie kennt. Sie dankt allen für ihr Engagement.

Jessica Schnelle sagt "Die Grossmütter machen, was sie wollen". Sie haben ein mutiges Thema gesetzt und sie ist gespannt, wie das Thema sich entwickelt und was heute passieren wird. Sie wünscht einen tollen und inspirierenden Tag und übergibt Anette Stade das Wort.

Anette Stade begrüsst die zahlreichen Teilnehmerinnen und das Podium mit Sabine Brönnimann, Gabriela Stoppe, Ursula Wiesli, Barbara Gurtner und der Moderatorin Cornelia Kazis.

Anette Stade freut sich, dass auch viele neue Frauen den Weg zur GrossmütterRevolution gefunden haben. Rund 40 Frauen sind zum ersten Mal an einer Veranstaltung dabei, zirka 60 haben schon eine oder mehrere Veranstaltungen besucht und zirka 20 Frauen sind alte Häsinen, die von Anfang an mitwirken.

Sie informiert über Organisatorisches und darüber, wie die GrossmütterRevolution funktioniert. Die GrossmütterRevolution ist ein Projekt vom Migros-Kulturprozent. Es stellt das Personal und die Finanzen sowie eine Projektleitung. Dazwischen steht die soziale Bewegung der GrossmütterRevolution. Sie verweist auf die aufgehängte Timeline: Die Timeline zeigt grafisch alle Projekte der GrossmütterRevolution auf und bietet einen Überblick über die Aktivitäten der letzten Jahre. Seit 2013 hat die GrossmütterRevolution eine Schwester in der italienischen Schweiz "Movimento AvaEva" geleitet von Norma Bargetzi. Anette Stade übergibt ihr das Wort.

Norma Bargetzi stellt den aktuellen Stand vor. Movimento AvaEva bedeutet übersetzt "Bewegung" (Movimento), "Grossmutter" (Ava), "Frau" (Eva). Movimento AvaEva nimmt Themen auf und bearbeitet diese in Projekten und Gruppen. Dieses Jahr wurde die zweite Tagung mit rund 80 Personen durchgeführt.

Anette Stade führt weiter aus, dass eine Tagung noch nie so schnell ausgebucht war, wie diese heute. Und noch nie war ein Thema so schnell gesetzt wie dieses. Wichtig von der Seite der GrossmütterRevolution ist, dass dieses Thema Platz hat. Wichtig ist auch, dass verschiedene Aspekte Platz haben und dass die Anwesenden Impulse mitnehmen können. Der Anspruch ist nicht, dass die Teilnehmerinnen hinausgehen und wissen, so ist es richtig oder so ist es falsch. Sie wünscht sich, dass wir Impulse erhalten vom Podium mit den Fachfrauen und im anschliessenden Gespräch mit Austausch im Plenum. Anette Stade übergibt das Wort Cornelia Kazis (Radio SRF 2 Kultur), welche das Podium zum Thema "Bleibe oder gehe ich?" moderiert.

---

## **2. Podium „Bleibe oder gehe ich?“**

Cornelia Kazis freut sich, hier zu sein. Sie fühlt sich am Puls der Zeit: Das Bundeshaus, das Regierungszentrum der Schweiz im Rücken, im Blick viele beruflich und politisch engagierte Frauen und im Zentrum ein Thema, das viel bewegt. Sie stellt ihre vier Gesprächspartnerinnen einzeln vor und führt mit jeder ein kurzes Einzelgespräch über ihre Erfahrungen zum Thema.

**Sabine Brönnimann**, FährFrau, Bestatterin & Ritualleiterin: Sie ist Expertin am Übergang vom Lebensende in eine andere Welt. Die Welt, die wir alle noch nicht kennen, weil wir noch hier sind. Der Verein FährFrauen besteht seit 10 Jahren. Eine FährFrau ist die Kultur aber auch das Handwerk des Bestattens. Sie legt also Hand an Leichname. Sie hat keine Berührungängste und es ist ihr wichtig, Angehörige, die diese Berührungängste haben, anzuleiten und zu unterstützen, damit sie den Tod begreifen und erfassen. Dies ist sehr hilfreich für die Trauer und den Abschiedsprozess.

*Zum Thema von heute sagt sie: Die Selbstbestimmung wird genutzt, wenn es um die Lebensverlängerung geht, aber die Selbstbestimmung am Lebensende ist geächtet. Das ist ein Widerspruch.*

Cornelia Kazis erinnert sich, dass sie in den Vorgesprächen zum Podium das Wort Leichnam benutzt hat. Dabei hatte sie den Eindruck, dass Sabine Brönnimann innerlich etwas zusammengezuckt sei. Sabine Brönnimann antwortet, dass wir in den Medien viele Leichen vorgeführt bekommen. Häufig sind es Bilder, die mit Gewalt zu tun haben, die unschön sind. Sie persönlich benennt die Sachen gerne so, wie sie sind. Sie sagt, für sie sind es Tote. Cornelia Kazis fällt auf, dass Sabine Brönnimann die Sprache sehr wichtig ist. Wir sagen beispielsweise Hinterbliebene. Sabine Brönnimann spricht lieber von Dableibenden. Hinterblieben tönt nach Hintergangen und da fühlt man sich etwas betrogen. Die FährFrauen haben darum den Begriff Dableibende geprägt. Das Wort Dableibende verwurzelt im Leben und das braucht es. Cornelia Kazis möchte wissen, wieso die Sprache so wichtig ist. Wir leben in einer Wortkultur und den FährFrauen ist es ein Anliegen dem Rechnung zu tragen. Sie möchten einen kulturellen Input in die Gesellschaft geben und sagen: Der Tod gehört dazu. Anschliessend wird über den Leitsatz von Sabine Brönnimann gesprochen. Ihr ist aufgefallen, dass die Frage der Zeit beim Verlängern des Lebens nie in Frage gestellt wird. Es wird nie die Frage gestellt, ob wir länger leben dürfen. Das Leben medizinisch zu verlängern ist legitim. Möchte jemand sein Leben verkürzen oder früher gehen, dann wird dies moralisch in Frage gestellt. Für sie ist das ein Widerspruch. Cornelia Kazis möchte wissen, was die FährFrauen machen, damit sich diesbezüglich etwas bewegt. Aktiv wird nichts unternommen, sagt die Fähr-Frau. Sie sind keine Sterbehilfe-Organisation. Sie nehmen jedoch den Sterbewunsch genau so ernst wie den Wunsch nach Lebensverlängerung. Cornelia Kazis interessiert es, ob sie häufig gefragt wird, wieso sie diesen Beruf ausübt. Sabine Brönnimann erzählt dazu eine Geschichte und wie sich ihr Blickwinkel für das Leben an ihrem 42. Geburtstag verändert hat. Kurz: Wenn sie sich um den Tod kümmert, dann kann sie vielleicht auch das Wachsen besser bestehen.

**Ursula Wiesli**, Pflegewissenschaftlerin (53 Jahre, Mutter eines Sohnes): Sie arbeitet seit 9 Jahren in Langzeitpflegeinstitutionen mit alten chronisch kranken und behinderten Menschen. Sie hat also einen Alltagsblick auf die letzte Zeit des Lebens. 50 % arbeitet sie im Schaffhauser Spital und 50 % als Dozentin zu Themen wie chronisch krank sein, am Lebensende sein, Bilanz ziehen etc. Schon als junge Frau hatte sie eine Nähe zum Sterben. Sie hat diesbezüglich eine Art Unerschrockenheit und im pflegerisch alltäglichen Sinn keine Berührungsängste. Ursula Wiesli hat selber eine Dame begleitet, die sich entschieden hat, mit einem assistierten Suizid ihr Leben zu beenden.

*Ursula Wiesli sagt zum Thema von heute: Jeder Mensch muss für sich selbst entscheiden können. Autonomie ist bis zum letzten Tag wichtig, aber auch die Autonomie von Pflegenden darf nicht übersehen werden.*

Cornelia Kazis spricht mit Ursula Wiesli über die Frage, was sie mit dem Begriff Autonomie verbindet. Sie spricht explizit über Alters- und Pflegeinstitutionen, denn der Tod passiert zu 50 % in diesen Institutionen. Wenn Menschen beim natürlichen Sterben begleitet werden, ist das eine Form der Normalität in der Pflege. Wenn Personen mit einer Sterbehilfeorganisation Suizid begehen (begleiteter Tod) ist das eine ganz andere Situation, die viel mehr Spannung erzeugt im Team bei den Pfl-

genden. Sie erläutert die Unterschiede. Cornelia Kazis fragt, was dies mit der Autonomie der Pflegenden zu tun hat. Die Pflegenden können nicht zu viele begleitete Suizide begleiten, weil es zu anstrengend ist. Es wird über die Belastungsmomente, die Spannung des Wartens der Pflegenden beim assistierten Suizid gesprochen. Cornelia Kazis fragt, was dies für sie bedeutet, auch im Hinblick auf die Grundfrage "Bleibe ich oder gehe ich?". Ursula Wiesli findet, dass Sterben aus unserer Gesellschaft verbannt ist und viel zu wenig darüber geredet wird. Viele wissen nicht mehr, wie Sterben aussieht. Man begleitet Menschen im Sterben nicht mehr. Die Angst ist so gross, dass viele lieber vorher gehen möchten. Weiterhin besteht Angst vor der Abhängigkeit und Angst, einmal nicht mehr selbständig entscheiden zu können. Es kann Abhängigkeit aus körperlichen Gründen sein oder aus kognitiven Einschränkungen.

**Gabriela Stoppe, Professorin für Psychiatrie** und Fachfrau für mentale Gesundheit im Alter.

*Gabriela Stoppe sagt zum Thema: Bevor man mittels Suizid oder assistiertem Suizidgeht, sollte man an jede Tür klopfen können und ein Gesprächsangebot bekommen.*

Cornelia Kazis fragt, ob Einsamkeit suizidfördernd ist, weil es keine Türe mehr gibt, an der man anklopfen kann. Gabriela Stoppe erklärt, dass allein leben noch nicht heisst, dass man auch einsam ist. Alleinsein kann man auch in einer Gruppe, in einer Familie oder Gesellschaft. Subjektiv einsam fühlen können sich auch Jugendliche. Über längere Zeit ist Einsamkeit jedoch bedrohlich und führt Menschen nicht aus der Isolation heraus. Cornelia Kazis interessiert das Zusammenspiel von Autonomie und Einsamkeit. Gesprochen wird darüber, was sich Gabriela Stoppe wünschen würde das passiert, wenn jemand an diese Tür klopft, es wird aufgemacht und ein Gespräch entsteht. Erst mal sollte der Wunsch zu sterben angenommen werden. Viele wollen darüber nicht reden, auch Ärzte nicht. Exit findet wahrscheinlich darum soviel Zulauf, weil Menschen dort sicher sein können, dass sie über ihren Sterbewunsch reden dürfen. Es ist der Wunsch da nach einer grösseren Vielfalt von Ansprechstellen. Weiterhin gibt es im Alter viele Depressive, die gut behandelt werden könnten und nicht behandelt werden, weil die Depression als normales Verhalten gilt. Oder es herrscht die Vorstellung, man könne nichts dagegen machen oder im Alter lohne sich das nicht mehr. Das heisst, die richtige Behandlung, ein sachliches warmes Gespräch wäre eine wichtige Depressionsprävention und folglich auch eine Suizidprävention, fasst Cornelia Kazis zusammen. Ein weiterer Aspekt, worüber diskutiert wird ist, was medizinisch gesehen lebenswerte Zustände sind sowie über den Druck, gesund zu bleiben und der Gesellschaft nicht zur Last zu fallen. Es gibt eine Tendenz in unserer Kultur, dass krank und abhängig sein etwas Schlechtes ist und wer krank ist, ist selbst schuld. Das kann sehr treffen, wenn man krank wird. Wir sind weit davon entfernt anzuerkennen, dass Krankheit etwas ist, das einen treffen kann und das auch Schicksal sein kann. Cornelia Kazis möchte wissen, was wäre, wenn alles ausgeschöpft ist: Die Türen waren offen, die Gespräche haben stattgefunden und der Wunsch zu gehen dauert dennoch an. Gabriela Stoppe sagt, dass ihr bewusst ist, dass nicht jeder Suizid verhindert werden kann. Das soll vielleicht auch nicht gehen. Es gibt sicher Situationen, wo der assistierte Suizid ein Weg ist. Sie findet es wichtig, dass die Menschen gefragt werden, wie sie sich das Sterben vorstellen. Denn diese Vorstellung ist stark davon geprägt, was

wir beispielsweise in den Medien sehen. Zudem hat die Angst in die Machbarkeit der Medizin stark zugenommen.

**Barbara Gurtner**, Frau der ersten Stunde der GrossmütterRevolution (71 Jahre, Mutter von 2 Töchtern, 4 Enkel), war immer berufstätig als Erwachsenenbildnerin, Weiterbildung in Kompetenzbilanz mit Migratinnen, politisch aktiv (Präsidentin der SeniorInnen der Stadt Bern).

*Barbara Gurtners Grundsatz zum heutigen Thema lautet: "Jeder Mensch soll selber entscheiden können wie lange er bleibt und wann und wie er geht. Aber mir ist es wichtig, dass ich mich mit anderen einsetze für eine Politik, die Lebensqualität und Würde bis ins hohe Alter garantiert."*

Individuelle Selbstbestimmung und gesellschaftlicher Auftrag und sie mitten drin? Wie fühlt sich das an, fragt Cornelia Kazis? Barbara Gurtner sagt, dass sich das gut anfühlt und ihr das Gefühl gibt, selber etwas beitragen und mitzugestalten zu können.

Diskutiert wird, welcher Aspekt der Kompetenzbilanz wichtig ist für das heutige Thema. Ressourcen ist ein wichtiger Aspekt, sagt Barbara Gurtner. Ressourcen werden gesammelt auch informelle wie beispielsweise Haushalt, Kinder und Familie. Die informellen sind für Frauen sehr wichtig, weil sie sich zum grossen Teil (auch) hier bewegt haben. Cornelia Kazis interessiert, was Menschen, die das Gefühl haben, allen nur noch zur Last zu fallen und auch noch selbst schuld zu sein, in dieser Arbeit für sich sehen können. Barbara Gurtner erklärt, dass gemeinsam versucht wird, die Ressourcen zu entdecken, die das Leben noch bereichern. Beispielsweise, indem man die Enkelkinder sieht, sich an schöne und gute Momente erinnert oder Kolleginnen trifft.

Cornelia Kazis möchte gerne erfahren, von welcher Sterbeerfahrung sie auf das Thema von heute schaut. Barbara Gurtner hat konkret Sterbeerfahrung mit ihren Eltern. Ihre Mutter ist beim Umsteigen auf dem Bahnsteig plötzlich zusammengebrochen und verstorben. Ihr Vater ist palliativ versorgt sehr friedlich gegangen. Ihre Eltern haben viel über das Sterben gesprochen, auch mit den Kindern. Aber als es soweit war, war es dann ganz anders, als sie und auch die Kinder, es sich vorgestellt hatten. Daher findet sie dies einen wichtigen Aspekt. Wir können nicht bis zum Schluss alles in den Händen halten und planen. Der Wunsch nach Berechenbarkeit, der Wunsch nach Planbarkeit, nach Selbstbestimmung hat also auch Haken, fragt Cornelia Kazis. Ja, das kann so gesagt werden. Für sie ist es wichtig über das Sterben zu reden, aber auch über das Leben. Das Leben so zu gestalten, dass sie zum Schluss nicht das Gefühl hat, sie sei selber schuld an der Krankheit oder der Gesellschaft nur noch zur Last fallen.

In der zweiten Phase des Gesprächs diskutiert das Podium verschiedene Fragen. Stichworte dazu sind:

Die Würde des Sterbens, die Würde des Toten. Was gehört für sie dazu?

- Für Ursula Wiesli ist Würde unverlierbar. Manche sagen, dass Würde von uns weggeht, wenn wir abhängig werden, das stimmt für sie nicht. Abhängigkeit gehört zum Mensch sein, vom Babyalter bis zum Schluss.

- Würde hat viele Facetten für die FahrFrau. Wichtig ist die Selbstbestimmung. Wenn diese weggenommen wird, dann bleibt von der Würde nicht mehr viel übrig. Würde hängt auch davon ab, was jeder für sich als würdig erachtet. Würde ist unverlierbar aber immer etwas in Gefahr.
- Würde hat für Gabriela Stoppe nichts mit Selbstbestimmung zu tun. Die Würde des Menschen ist unantastbar. Würde verlangt nach Respekt. Sie findet die Diskussion schwierig, dass man seine Würde verlieren kann. Oder dass man nur würdevoll sterben kann, wenn man zu Exit geht. Dies suggeriert, dass es keinen anderen Tod gibt, der würdevoll ist und nur ein Tod, den ich selbst kontrollieren kann, würdevoll ist.

#### Inwiefern ist Sterbehilfe auch ein Teil der Palliativmedizin und der Pflege?

- Palliativmedizin kann ein Teil der Sterbehilfe sein. Anerkennt grundsätzlich, wenn jemand nicht mehr leben will und aufhört zu essen und zu trinken.
- Für Pflegende ist es besonders schwierig, wenn Schmerzen bei Patienten nicht mehr gelindert werden können. In dieser Situation ist das Verständnis für den Sterbewunsch eher gross.
- Nicht mehr essen und trinken zu wollen bedingt, dass man sich der Pflege überlässt. Sie müssen einverstanden sein, sich in diese Abhängigkeit zu begeben und das bedingt Vertrauen.

#### Sieht das Thema des Suizids bei Frauen und Männer unterschiedlich aus?

- Laut Gabriela Stoppe gibt es klare Unterschiede im Zusammenhang mit Suizid und assistiertem Suizid.
- Es gibt Unterschiede in der Motivation für Suizid und assistierten Suizid.
- Frauen suizidieren sich im Alter 4x weniger als Männer.
- Frauen suchen Sterbehilfeorganisationen öfter auf als Männer.
- Die Geschlechtsunterschiede nehmen im Alter zu.
- Bei den über 80-jährigen gibt es gleich viel Suizide wie assistierte Suizide.

#### Inwiefern ist das Thema ein politisches Thema?

- Barbara Gurtner nimmt nochmals das Stichwort „das 4. Lebensalter ist weiblich“ auf: Frauen leisten sehr viel Pflege- und Betreuungsarbeit in ihrem Leben. Dies erscheint in keinem Budget. Sie sind in Bern mit dem Rat der SeniorInnen daran, Bedingungen zu schaffen, welche der Situation der alten Frauen besser gerecht werden, wie zum Beispiel gute Pflegebedingungen.

#### Gehen oder bleiben, ist dies eigentlich die Frage?

- Der Titel der Tagung suggeriert laut Sabine Brönnimann, dass wir eine Wahl haben zwischen Bleiben und Gehen. Das stimmt nicht ganz.
- Wir müssen eine neue Kultur des Ablebens erfinden. Wir sind organisch, organisch ist nicht ewig sondern zyklisch.
- Leben und Tod sind keine Gegensätze. Der Tod ist das Gegenüber der Geburt. Geburt ist etwas Schmerzhaftes und trotzdem sagen wir, es ist ein freudiges Ereignis. Wir brauchen einen neuen Blick auf den Tod. Für sie stellt sich vielmehr die Frage: Wie kann man gehen und doch bleiben? Ein Teil von uns muss gehen (das Organische) und trotzdem können wir in Verbindung bleiben über den Tod hinaus, indem wir beispielsweise eine innere Verbindung halten mit der Familie. Aber auch das ist nicht ewig. Auch das ist zyklisch.

# GROSSMÜTTER**R**EVOLUTION

## MOVIMENTO AVA EVA

Für engagierte Grossmütter

Zum Schluss darf jede Podiumsteilnehmerin einer anderen eine überraschende oder auch provokante Frage stellen.

- Barbara Gurtner wird gefragt, wie sie das Thema mit den Enkelkindern handhabt und ob sie schon mit ihnen über den Tod gesprochen hat.
- Von Ursula Wiesli möchte man wissen, ob sie schon etwas zum Thema veröffentlicht hat.
- Gabriela Stoppe erzählt auf Anfrage von Ursula Wiesli ein Erlebnis zum Thema von einem Ärztekongress.
- Sabine Brönnimann wird die Frage gestellt, ob es stimmt, dass viele Menschen Bestatter werden möchten.

Damit endet das Podium. Cornelia Kazis dankt allen sehr für das angeregte und anregende Gespräch.

Alle Teilnehmerinnen im Plenum besprechen während den nächsten 25 Minuten in Gruppen folgende zwei Fragen:

- Was habe ich gehört?
- Was hat mich bewegt?

Die Gruppensprecherin bringt im Anschluss das Wichtigste ins Plenum. Genannt werden unter anderem folgende Punkte:

- Das Thema Würde in verschiedenen Facetten: Würde ist personell und finanziell beeinflusst. Würde behalten als lebenslanger Prozess. Was ist Würde?
- Feststellung, dass es schwierig sein kann, eine Patientenverfügung durchzusetzen;
- Was hindert uns am natürlichen Sterben? Die Machbarkeit von der Medizin, das fehlende Vertrauen;
- Geburt und Tod sind auf gleicher Ebene; Eine neue Kultur im Umgang mit dem Tod schaffen;
- Über den Tod zu reden - auch mit den Enkelkindern - denn Suizid ist immer noch verbunden mit Schuld und Sünde;
- Vertrauen in das Schicksal trotz Selbstkontrolle;
- Humor hilft;
- Sind aktiv, in der 3. Lebensphase und arbeiten an der neuen Kultur (des Lebens und des Sterbens);
- Sicheres Vertrauen in Familie, Religion, Spiritualität führt uns durch den Prozess des Sterbens;
- Vertrauen im Hinblick auf den Tod. Sich nicht ständig darum kümmern, wann er kommt. Gelassenheit und Hingabe, der Tod ist uns vorbestimmt;
- Es gibt keine absolute Autonomie;
- Das Glück haben, die richtigen Menschen/Vertrauenspersonen zu finden;
- Abhängigkeit im Alter: Was bedeutet sie uns? Wir wollen auch in der Abhängigkeit mitbestimmen. Sind nicht sehr zuversichtlich, was das Personal in der Pflege betrifft;
- Berührt hat das Thema begleiteter Suizid. Wo bleiben die Angehörigen?
- Wunsch respektieren, wenn jemand alleine sterben will;
- Erfahrung mit begleitetem Tod hat auf dem Podium gefehlt. Es wurde nur von Suizid gesprochen; finden das Wort Freitod würdiger;

- Berührung mit dem Thema Tod hat sehr bewegt;
- Hinweis auf Tel143 Die Dargebotene Hand (eine Tür, die man öffnen kann).

Die Runde schliesst mit einer kurzen Replik der Podiumsteilnehmerinnen. Cornelia Kazis schliesst das Podium und dankt allen. Für sie steht am Schluss das ganz grosse UND: Würdevoll sein UND mit Windeln im Bett liegen.... So ist die Realität.

---

### **3. Workshops / Ausblick auf den Nachmittag**

Anette Stade dankt Cornelia Kazis für die Moderation des Podiums und informiert über das Programm am Nachmittag. Von 14:00 bis 15.15 Uhr finden fünf parallele Workshops statt. Die Themen sind:

- 1) Vertiefung und Austausch der Tagungsthemen vom Vormittag (weiss)  
(Schwerpunkt: Wie rede ich mit meiner Familie über diese Themen)  
Moderation: Anne Giger
- 2) Vertiefung und Austausch der Tagungsthemen vom Vormittag (gelb)  
Moderation: Monika Fischer
- 3) Vertiefung und Austausch der Tagungsthemen vom Vormittag (rot)  
"Selbstbestimmung - wie im Leben so im Tod?"  
Moderation: Sabine Brönnimann
- 4) Liebe & Sexualität im Alter (grün)  
Moderation: Deborah Adler, Hanna Meister
- 5) Grossmutter sein - Lust und Herausforderung (blau)  
Moderation: Rosmarie Wydler-Wälti

Die Teilnehmerinnen suchen sich selbst den Workshop ihrer Wahl, indem sie den entsprechenden Post-it von der Pinwand nehmen. Die Plätze in den Workshops sind auf jeweils 25 limitiert. Nach den Workshops findet eine Pause und dann der Marktplatz der Projekte statt.

Nach dem Ausblick auf den Nachmittag stellt Anette Stade die Sängerin und Akkordeonistin Clara Moreau vor.

---

### **4. Musikalisches Intermezzo von Clara Moreau, Sängerin und Akkordeonistin**

Clara Moreau unterhält die Anwesenden mit ihren zum Mitsingen und Mitbewegen animierenden französischen Chansons.

Bereits während dem Intermezzo herrscht reges Treiben an der Pinwand. Die Teilnehmerinnen wollen sich frühzeitig für ihren Workshop anmelden.

### **Mittagspause**



---

## 5. Marktplatz

Am Marktplatz stellen sich 5 Arbeitsgruppen vor. Informationsmaterial liegt auf.

1. Offener Marktstand: Janette Jenni spricht mit Interessierten über eine mögliche Gruppen von Frauen aus der Region Bern.
2. Die Manifestgruppe stellt sich und Marie-Louise Barben das Care-Projekt vor.
3. Anne Giger informiert über die Arbeitsgruppe Care und Leben im Alter
4. Die Kolumnengruppe informiert über ihre aktuelle Arbeit und sucht weitere Interessierte.
5. Deborah Adler und Hannah Meister informieren über die geplante Gesprächsgruppe „Liebe & Sexualität sind immer ein Thema“.

---

## 6. Rückmeldungen aus den Workshops

Die Workshopverantwortlichen präsentieren kurz die wichtigsten Themen aus den Workshops:

### Workshop 1 (Anne Giger)

Diskutiert wurde, wie und ob man die Familie miteinbeziehen soll, wie man sterben will. Wie stark betrifft dies die Familie? Die Diskussion ist rasch ausgeartet in die Frage, was man den Kindern zumuten darf. Beispielsweise bei Pflegebedürftigkeit oder bei einem Entscheid, selbstbestimmt aus dem Leben zu gehen. Festgestellt wurde, dass man es sich zuerst zumutet. Wenn ich weiss, wie ich mit einer Demenz oder einer starken Pflegebedürftigkeit umgehen kann und mir selbst im Klaren bin, dann ist es auch für die Angehörigen keine zu grosse Zumutung. Die Belastung wird darin erkannt, dass jemand dies noch nicht weiss, und die Angehörigen in einen halb abgeschlossenen Prozess einbezogen werden. Anschliessend wurde die Diskussion politisch. Es wurde darüber geredet, dass wir für die Gesellschaft eine Zumutung sind und das auch sein wollen und zwar aus folgenden Gründen: Wir finden, wir haben das Recht, uns zuzumuten, weil wir erstens so viel gemacht haben und etwas zu Gute haben; weil die Schweiz zweitens ein reiches Land ist und weil drittens in der Bundesverfassung steht, dass die Gesellschaft verantwortlich ist für die Schwachen. In der Einführung der Bundesverfassung heisst es: Das Wohl des Landes misst sich am Wohl der Schwächsten.

### Workshop 2 (Monika Fischer)

Der Workshop hat sich ebenfalls mit den Themen des Vormittags beschäftigt. Ein Thema, das angesprochen wurde, war die Autonomie und dass diese Grenzen hat. Diese Grenzen dürfen eingestanden und akzeptiert werden. Erwartungshaltungen dürfen angeschaut und ev. zurückgebunden werden. Beschäftigt hat auch der Groll einer Teilnehmerin über den Suizid eines nahen Angehörigen. Grund für den Suizid war, dass er keinen Platz in der Gesellschaft gefunden hat. Weiteres Thema war die Würde von Menschen mit einer Demenz in der Gesellschaft. Gibt es genügend geschultes Pflegepersonal, um eine würdevolle Pflege zu gewährleisten? Es wurde auch politisch diskutiert: was gibt es hier für Möglichkeiten und auch, was kann jeder einzelne/jede einzelne tun? Solidarität leben. Lernen darüber zu reden, lernen Hilfe anzunehmen und auch Hilfe zu geben. Der kleine Kreis reicht nicht, es muss hinaus auf die politische Ebene. Gleichzeitig ist eine gewisse Frustration zu spüren, dass es nichts bringt, sich in die Politik einzumischen. Die Gruppe hofft, dass die Anwesenden die Themen und Anliegen weitertragen.

### **Workshop 3 (Sabine Brönnimann)**

Sterben kann man nicht üben! Wir dürfen unser Vertrauen schulen in das, was noch kommt. Sie persönlich möchte ganz wach sein, um zu sehen, was auf sie zu kommt. Der Workshop war dicht und lebendig. Das ist so, wenn man den Tod zulässt: Dann wird es ganz lebendig.

### **Workshop 4 (Deborah Adler, Hanna Meister)**

Im Workshop "Liebe und Sexualität im Alter" wurde in 3-er Gruppen gearbeitet zur Frage: Was sind meine frühesten Kindheitserfahrungen, die mit Liebe und Sexualität zu tun haben? Welche sexuellen Erfahrungen haben mein Leben geprägt? Wie hat sich das Liebesleben im Alter verändert? Anschliessend haben sich die Gruppen im Plenum ausgetauscht. Die Frauen haben es sehr begrüsst, dass sie über sich erzählen konnten und schätzten es, über das Thema Sexualität reden zu können.

### **Workshop 5 (Rosmarie Wydler-Wälti)**

Im Workshop wurde über das Grossmutter sein geredet und über das Zusammensein mit den Enkeln. Langsamkeit ist dabei wichtig, Zeit schenken und Achtsamkeit. Grossmütter erhalten viele Anregungen durch die Enkelkinder. Gesprochen wurde auch über die Herausforderungen der Abgrenzung zu den eigenen Töchtern oder Schwiegertöchtern. Darüber das Regeln wichtig sind, und dass abgesprochen wird, was die Grosseltern mit den EnkelInnen machen und unternehmen.

Anette Stade fragt ins Plenum, ob noch jemand etwas sagen möchte? Ein grosses MERCI wird in den Raum geworfen.

Anette dankt dem Team von der Gurten AG, dem Service und der Technik für die tolle Unterstützung. Alles hat wunderbar geklappt. Ein Dankeschön an das Team: Janna Hagen, Grafikerin, Maria Clotilde Henzen für das Protokoll, Kathrin Schulthess, Fotografin. In rund 4 Wochen wird es eine Bildergalerie auf der Webseite geben mit den Fotos vom heutigen Tag sowie dem Protokoll. Am Schluss ein grosser Dank an das Matronat, das wie ein kleiner Think Tank funktioniert, jeweils die Themen bestimmt und die Projektleitung in der inhaltliche Planung unterstützt.

---

## **7. Gemeinsames Fazit und Ausblick**

Heidi Witzig weist auf folgende Veranstaltung hin:

**13. Dezember 2014, Dialog zwischen alten und jungen Feministinnen.** Im Migros Hochhaus in Zürich.

Monika Stocker informiert über folgende Veranstaltungen:

**7. März 2015, Grosse Frauendemo Bern.** 33 Jahre sind genug! Trotz Gleichstellungspassus in der Bundesverfassung gibt es immer noch keine Lohngleichheit von Frau und Mann. Der Dialog zwischen Arbeitgebenden und der Politik ist gescheitert. Der Bundesrat hat darum entschieden, Kontrollen durchzuführen (mit sehr unklaren Folgen, wenn Lohnungleichheit festgestellt wird).

**Diotima Tagung für Frauen am 31. Januar/2. Februar 2015** im Romero-Haus in Luzern. Programm: [www.romerohaus.ch](http://www.romerohaus.ch).

## **Nächster Termin**

Die Frühlingstagung 2015 findet statt am  
**23./24. April 2015**  
in Schwarzenberg/LU

Das Thema der Frühlingstagung wird bis Anfang 2015 erarbeitet und dann im Netz und per Newsletter kommuniziert.

Information und Anmeldung auf [www.grossmuetter.ch](http://www.grossmuetter.ch).

Jessica Schnelle verabschiedet sich im Namen des Migros-Kulturprozents. Sie dankt Anette Stade herzlich für diesen Tag, den sie organisiert hat zusammen mit dem Matronat. Jessica Schnelle freut sich immer wieder sehr auf diese Veranstaltungen. Sie sind wie eine Weiterbildung für sie. Heute hat sie gelernt - ist im Januar zum ersten Mal Mama geworden - dass jeder einen Umgang mit dem Tod entwickeln sollte. Was wir entdecken können, ist ein offenes Ohr zu haben und den Mut, mit den Eltern und Grosseltern zu reden. Sie nimmt dies auch mit für ihre Arbeit zum Thema Generationen mit.

Anette Stade beschliesst den Tag und dankt allen, insbesondere dem Matronat, ohne das die Veranstaltung gar nicht möglich gewesen wäre sowie allen, die im Hinter- und Vordergrund mitgewirkt haben.

Für das Protokoll  
Maria Clotilde Henzen  
19. November 2014