

GENERATIONEN BERATUNG WUPPERTAL

- Biografiearbeit
- Generationen-Trialog
- Für- und Vorsorge



Martina Hahn

- Generationenberaterin IHK
- Selbstständige Medienfachfrau
- Sterbebegleiterin im Ehrenamt
- Kapellenwartin in Sonnborn



**Generationenberatung
Wuppertal**

0151 · 26 17 46 26
0202 · 25 32 89 26
mh@gbwtal.de
www.gbwtal.de



«Im Schließen der Kreise
Horizonte öffnen»

Um aus einer Linie mit zwei losen Enden
einen Kreis zu machen, braucht es die
Bereitschaft, den Punkt, an dem sich die
Form schließt, in den Blick zu nehmen.

«Man kann nicht alles
mit dem Kopf
verstehn»

Mascha Kaléko

«Wir setzten den Fuß
in die Luft
und sie trug»

Hilde Domin

Nichts ist so sicher und lässt so viel Zeit zur Vorbereitung wie das eigene Lebensende.

Zeit, die es erlaubt, darüber nachzudenken, wer wir sind, worauf wir hoffen, wie wir uns von der Welt verabschieden möchten und was von uns bleibt.

Zeit, um in Worten, Bildern und Klängen einzufangen, was unser Leben ausmacht. Zeit, um uns mitzuteilen und Beziehungen zu pflegen. Zeit, um Ängste abzubauen, Perspektiven zu öffnen und Wege zu ebnen.

Ich möchte Sie ermutigen, der Endlichkeit des Lebens aufmerksam und mit allen Sinnen zu begegnen, miteinander ins Gespräch zu kommen und Ihre Zukunft behutsam in die Hände zu nehmen.

Angebot

Auf Honorarbasis unterstütze ich Sie in der praxisbezogenen Beschäftigung mit dem eigenen Leben und Sterben – für sich selbst, zu zweit oder in der Familie. Ich berate Sie bei der Ausgestaltung Ihrer Vorstellungen und Verfügungen, stelle Fragen, höre zu und leite an.

Biografiearbeit

Uns macht aus, was wir waren, sind und werden. Für jede Zeitebene gilt, dass das Bild, das wir von uns haben und zeichnen, veränderbar ist. Der rote Faden des Lebens ist nicht in Stein gemeißelt. Er lässt sich immer wieder neu finden und die eigene Geschichte anders erzählen.

Generationen-Trialog

Dass alles, was lebt, altert und stirbt, ist eine Gewisheit, die erst real wird, wenn sie persönlich betrifft. Dann zeigt sich die Schattenseite privater und kollektiver Verdrängung: Es fällt schwer, darüber zu sprechen und schwer zuzuhören. Beides braucht Mut, Nachsicht und Vertrauen.

Für- und Vorsorge

Wer es versäumt, den eigenen Willen schriftlich mitzuteilen, überlässt die Zukunft dem Zufall und Regelungen, die in den seltensten Fällen zur eigenen Lebensrealität passen. Nutzen Sie Ihre Chance, jetzt Vorkehrungen zu treffen, um gut füreinander sorgen zu können.