

## Wir sind (auch) Held:innen Ein Workshop für erwachsene Geschwister von Menschen mit Beeinträchtigung oder schwerer Erkrankung



**Datum/ Zeit** Freitag 19. Januar 2024, 18.30 Uhr bis Sonntag, 21. Januar 2024, 14:00 Uhr

(Die Anreise ist auch später möglich)

**Ort** Sunnehus, Wildhaus – [www.sunnehus.ch](http://www.sunnehus.ch)

**Inhalt** *Tu dir 'was Gutes. Schenke dir zwei Tage nur für dich mit Blick auf die Berge.*  
Angeleitet durch Barbara Pachi-Eberhart, eine erfahrene Person in Biografiearbeit, wendest du dich deiner eigenen (Held:innen-) Geschichte zu. Beschreibung und Details zum Programm siehe Rückseite.

**Leitung** Barbara Pachi-Eberhart, Schriftstellerin aus Wien  
[www.barbara-pachi-eberhart.at](http://www.barbara-pachi-eberhart.at)

**Anmeldung** bis 1. Dezember 2023 verbindlich an [info@geschwisterkinder.ch](mailto:info@geschwisterkinder.ch), bitte mit der Angabe, wann die Anreise sein wird damit wir für Freitag das Abendessen bestellen können. Die Plätze sind beschränkt.

**Kontakt** Brigitte Felder, Geschäftsstelle VRG, [info@geschwisterkinder.ch](mailto:info@geschwisterkinder.ch)

**Kosten** CHF 250.00 pro Person (Workshop, Übernachtungen im Einzelzimmer, Vollpension)

## Inhalt des Workshops

In jedem Roman gibt es viele Figuren – aber nur eine kann im Mittelpunkt stehen. Und wie ist das im Leben? Vielleicht kennst du dieses Gefühl: in der zweiten Reihe zu stehen, unterstützend, entlastend, oft fast unsichtbar. **In diesem Workshop wirst du zur Hauptfigur** – ganz wörtlich genommen. Wir setzen die Brille der Schriftstellerin / des Schriftstellers auf und fragen uns: Wäre dein Leben ein Buch über dich, wie wärest du als Hauptfigur? Was treibt dich an, wo liegen deine Kräfte, wo deine Schatten, Wünsche und Paradoxien?

**Nein, das ist keine Therapie, keine Analyse – auch kein Schreibunterricht.** Es ist ein vielfältiges Spiel: **du begibst dich auf deine eigenen Spuren, gestaltest dein Selbstportrait, das dich zum Schmunzeln, zum Staunen und deine Seele zum Singen bringt.** Schritt für Schritt, angeleitet durch Fragen und lustige Nachdenk-Impulse. Der Austausch kommt dabei nicht zu kurz. Am Ende darfst du stolz sein, auf dich, die Hauptfigur deines Lebens, die es geschafft hat und voller Würde im Zentrum stehen mag.

Wir nutzen die schöne Umgebung des Seminarhauses und des Toggenburgs und lassen uns von der guten Luft und dem tollen Ausblick verwöhnen. Das Sunnehus trägt mit seiner kulinarischen Kompetenz und seinen schönen Räumlichkeiten dazu bei.



**Die Referentin, Barbara Pachi-Eberhart** leitet seit über 10 Jahren persönlichkeitsbildende Schreibkurse und begleitet Menschen beim Schreiben ihrer Biografien. Sie ist Schriftstellerin und hat zwei Spiegel-Bestseller geschrieben. Ihr Buch *«vier minus drei: wie ich nach dem Verlust meiner Familie zu einem neuen Leben fand»* wurde in sechs Sprachen übersetzt.

[www.barbara-pachi-eberhart.at](http://www.barbara-pachi-eberhart.at)

## Provisorisches Programm

Freitag, 19. Januar	Samstag, 20. Januar	Sonntag, 21. Januar
Ab 17:00 Uhr Eintreffen, Check-In	Ab 9.00 Uhr Workshop	Ab 9.00 Uhr Workshop
18:30 Uhr Nachtessen		14.00 Uhr Abschluss
20:00 Uhr Begrüssung		individuelle Heimreise

### Verein Raum für Geschwister (VRG) Schweiz

Der Verein Raum für Geschwister (VRG) Schweiz wurde am 31. Januar 2013 in Olten gegründet. Mitglieder sind natürliche Personen sowie Institutionen. Der Verein Raum für Geschwister hat sich zum Ziel gesetzt, DAS Kompetenzzentrum für die Geschwister von schwer kranken oder behinderten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in der Schweiz zu sein. Basierend auf einem systemischen Ansatz will der VRG auf verschiedenen Ebenen auf die Geschwisterthematik aufmerksam machen, Verständnis schaffen und Betroffene in ihren Ressourcen stärken. Mit verschiedenen Massnahmen richtet sich der Verein an die Gesellschaft, die Politik, das professionelle Umfeld sowie Betroffene und ihr soziales Umfeld.

[www.geschwisterkinder.ch](http://www.geschwisterkinder.ch)