

Forum Ehe+Familie 2014, 13. September, Bern  
«(K)eine richtige Familie?!»

## **Workshop 3: Verwitwet, was nun? Mit Tränen säen – mit Freuden ernten?**

---

Wie komme ich aus der Trauer über den Verlust meines Partners und meiner durchkreuzten Pläne zu einem erfüllten Leben?

### **Workshopleitung**

Lotti Schum, wohnhaft in Muri/BE, geb. 1947, ist Mutter von drei erwachsenen Söhnen und Grossmutter von 9 Enkelkindern. Sie war 30 Jahre als Pfarrfrau in der Gemeindegemeinschaft tätig und ist seit 16 Jahren verwitwet. Lotti Schum ist Erwachsenenbildnerin, hält Vorträge und gibt Seminare an verschiedensten Veranstaltungen. Ihr Ziel ist es, Mut zu machen und praktische Hilfen aufzuzeigen, wie schwierige Lebenssituationen mit Gottes Hilfe bewältigt werden können.

### **Hauptgedanken**

- Wie geht das Leben weiter? Rund herum geht alles seinen gewohnten Gang, aber mein Leben ist völlig verändert.
- Trauerarbeit: Der Trauer Raum geben, wie ist das im Alltag überhaupt möglich?
- Und plötzlich ist man allein: Das Gefühl der Einsamkeit; Leben ohne Zärtlichkeit und Sexualität; vom Umgang mit Freunden, die plötzlich wegbleiben.
- Der Prozess von der Auflehnung zum JA; Standortbestimmung; Umdenken
- Wie komme ich zu einer neuen Identität? Von der Ehefrau zur Singlefrau
- Der andere Status in der Gesellschaft
- Erfülltes Leben trotz unerfüllter Wünsche
- Mit Tränen säen – mit Freuden ernten! Neues wagen

### **Kontakt:**

Lotti Schum-Zutter  
Pourtalèsstrasse 30  
3074 Muri bei Bern

[lotti.schum@gmx.ch](mailto:lotti.schum@gmx.ch)