



---

***UMGANG MIT ENDLICKEIT***

# INHALTSVERZEICHNIS

---

- 1. Allgemeiner Überblick über das Thema
- 2. Altern
- 3. Wenn ich noch einen Tag zu leben hätte
- 4. Sterbehilfe
- 5. Tod in den verschiedenen Religionen
- 6. Entscheidung gegen das Leben
- 7. Das „Leben“ nach dem Tod



# ALTERN-WIE BEEINTRÄCHTIGT UNSER ALTER UNSER LEBEN?

---



- Verschiedene Arten des Alterns nach Höpflinger und Stuceklberger
- Deutsche und das Altern. – Wie leben „die alten“ in Deutschland
- Meine Gedanken zu dieser Stunde

# ALT ZU SEIN BEDEUTET FÜR MICH,...

---

- mich über „Kleinigkeiten“ aufzuregen
- dass mein Körper nicht mehr so fit ist wie früher
- Kinder zu bekommen

# MEINE GEDANKEN ZUM THEMA ALTERN:

---

- Die heutige Stunde hat mich nachdenklich gemacht. Für jeden bedeutet „altern“ etwas anderes. Es ist nicht nur etwas körperliches, sondern auch Geist und Seele verändern sich. Der Blickwinkel wandelt und auf einmal ist man nicht mehr so unbeschwert wie früher. Damals haben andere auf einen Acht gegeben, wenn man alt ist gibt man selbst auf andere Acht. Dennoch kann altern auch etwas sehr schönes sein. Wenn man viel in seinem Leben erreicht hat, kann das einem sehr viel Ruhe und Kraft geben. Der Lebensmittelpunkt verschiebt sich, was aber sehr positiv enden kann. Ich hoffe, dass wenn ich alt bin ich glücklich auf mein Leben zurück blicken kann.



# WENN ICH NOCH EINEN TAG ZU LEBEN HÄTTE ... WÜRD E ICH...

---

Leonie und die Diagnose Krebs

Was im Leben wirklich zählt

Nicos Schicksal

Meine Bucketliste

**MEINE BUCKET LIST**

**Was ist eine Bucket List?**  
Eine Bucket List ist eine persönliche Liste, in der man seine Ziele und Wünsche auflistet, die man innerhalb seines Lebens erreichen und verwirklichen möchte.

Erstelle nun deine eigene Bucket List. Notiere sämtliche Ideen für dein Leben, auch wenn sie dir im Moment noch unwahrscheinlich erscheinen.

**Leben mit einer schlimmen Diagnose (I)**

Nico ist 15 Jahre alt, Klassensprecher der 10b, schreibt gute Noten, hat viele Freunde, ist überall beliebt und treibt für sein Leben gerne Sport. Wie jeden Donnerstag geht er abends zum Fußballtraining. Zu Beginn des Trainings absolviert die Mannschaft ein lockeres Lauftraining. Danach laufen sie in Intervallen einige Sprints. Nico wird auf einmal schwindelig. Er hört auf zu rennen, stolpert ein paar Schritte und sackt dann zusammen. „Ey Nico! Was ist denn los?“ Sein Trainer Jens eilt zu ihm. Nico zittert und schnappt nach Luft. Er röchelt, da er kaum Luft bekommt. „Alles gut“, presst er hervor, steht auf und geht langsam in Richtung Umkleidekabine. „Ist nicht mein Tag heute!“

# LEONIE UND DIE DIAGNOSE KREBS: MEINE GEDANKEN

---

- Das Video hat mich sehr betroffen gemacht. Ich hatte mich davor noch nie mit diesem Thema auseinandergesetzt. Ich wusste, dass es viele Menschen mit schlimmen Diagnosen gibt, aber immer denkt man: „Mich trifft es nicht!“ Jetzt dieses Video zu sehen, hat das alles sehr real gemacht. Jeden kann es jederzeit treffen. Daher sollten wir die Zeit die wir haben immer genießen und versuchen, unser Leben so schön und glücklich zu gestalten, wie wir können.
- Ich hoffe, dass Leonies Familie diese Zeit irgendwie verkraftet hat und dennoch ein klein wenig Glück findet.



# WAS IM LEBEN WIRKLICH ZÄHLT

---

- Was für mich im Leben wirklich zählt, ist meine Familie, meine Freunde und Gesundheit.
- Besonders wichtig ist das Soziale für mich. Das wir alle glücklich miteinander leben können und empathisch durch die Welt gehen, damit diese ein besserer Ort sein kann.





# NICOS SCHICKSAL

---

- Der Text über Nico hat mich sehr berührt. Er ist in unserem Alter und auf einmal ändert sich sein ganzes Leben. Es besteht anstatt aus Fussballtraining aus Arztbesuchen und Angst. Ich fühle mit ihm, und hoffe sehr, dass ich sowas nicht erleben muss. In unserem Alter sollte so eine Diagnose nicht auftauchen. Da hat man sein ganzes Leben noch vor sich. Nach der Stunde war ich sehr nachdenklich. Ich werde versuchen, dass Leben so zu genießen wie es kommt.

# MEINE GEDANKEN ZUR HEUTIGEN STUNDE

---

- Die heutige Stunde über das Thema „Leben mit einer schlimmen Diagnose“ war sehr heftig für mich. Sie hat Ängste angesprochen, die viele Menschen teilen. Wenn so eine schlimme Diagnose auftritt, ändert sie das ganze Leben. Nicht nur von einem selbst, sondern von allen drum herum. Alles ändert sich. Mit so etwas befasst man sich eigentlich nicht im Alltag, dennoch sollte einem immer klar sein, dass es jeden treffen kann.

