TABULOS

LEBEN · STERBEN · TRAUERN

MESSEGUIDE



Sonntag, 15. November 2026

9-16 Uhr Schulhaus Bruggfeld, Bischofszell

Trauerstelle Bischofszell

tabulosmesse.ch

Sponsoren

Wir danken unseren Sponsoren ganz herzlich für die Unterstützung:

Stadt Bischofszell

RAIFFEISEN
Raiffeisenbank
Amriswil Bischofszell

Evangelische Kirchgemeinde
Bischofszell-Hauptwil

PASTORALRAUM
BISCHOFSBERG

kraftplatz

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Coaching achter

Thurgau
Amt für Gesundheit

Ppunkt Jenny
Bestattungsdienstleistungen

Tierbestatter
Jenny

federleicht

Hospizdienst
Tel. 071 940 87 90 Thurgau

SoliThur

BHLU

erf
Medien

Grusswort

Liebe Besucherin, lieber Besucher

Aus einer ersten Idee entstand ein vorsichtiges Planen, eine immer konkretere Vorstellung, bis hin zu einem Herzensprojekt.

Die TABULOS Leben, Sterben und Trauern haben wir mit viel Engagement, Energie, Hoffnung und der Überzeugung, dass wir das Schweigen über die Endlichkeit brechen wollen, ins Leben gerufen.

Wir sind stolz, dass wir Dir an dieser etwas anderen Messe 30 Ausstellende, ein buntes Bühnenprogramm mit Fachvorträgen, Austauschrunden, einem Live-Podcast sowie diverse Workshops und musikalische Beiträge präsentieren dürfen. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt und wir verwöhnen Dich im Untergeschoss mit wärmenden Suppen und einem Dessert-Buffet.

Der Eintritt zur TABULOS ist bewusst kostenlos, denn diese Themen gehen uns alle an. Damit das möglich ist, sind wir auf Spenden angewiesen. Wenn Dich der heutige Tag berührt, inspiriert oder weitergebracht hat, freuen wir uns über Deinen Beitrag, ob gross oder klein. Am einfachsten geht das mit dem TWINT-QR-Code auf dieser Seite. Gerne Du kannst Du auch beim Bezahlen in unserer Festwirtschaft beliebig aufrunden oder unsere Spendenboxen im Eingangsbereich nutzen. Jeder Franken zählt: Ein allfälliger Überschuss kommt der Trauerarbeit des Trauercafés Bischofszell zugute. So wirkt Deine Spende über diesen Tag hinaus. Herzlichen Dank!

Wir wünschen Dir einen Tag voller spannender Begegnungen, bereichernden Inspirationen, neuen Erkenntnissen, wertvollen Informationen und der Gewissheit, dass es ein Netzwerk gibt, auf das Du bei Bedarf zurückgreifen kannst.

Dein TABULOS - Team

Petra Weibel, Evelyn Langensand Keller und Conny Gächter



Die etwas andere Messe

Tagesprogramm Morgen

09:30 - 09:45 Uhr — **Eröffnung (AULA)**
Vorstellung des Trauercafés Bischofszell
mit Petra Weibel und Evelyn Langensand Keller

09:50 Uhr — **ENSEMBLE TABULOS (AULA)**
Für immer uf di
mit Franziska Akalan, Otto Zingg und Marco Cerbella

Ganztägig — **Kreatives für Kinder und Jugendliche (Obergeschoss)**
mit Marion Jaksch (Trauerbegleiterin)

Ganztägig — **Trauer Atelier (Obergeschoss)**
Kreativität in der Trauer
mit Rebecca Doll (Trauerbegleiterin)

10:00 - 10:45 Uhr — **Fachaustausch (AULA)**
Selbstbestimmtes Lebensende
mit Martin Höss (Kinderspitex Ostschweiz),
Marina Bruggmann (Hospizdienst Thurgau)
und Susanne Imhof (Seelsorgerin, Spital Thurgau)

10:00 - 12:00 Uhr — **Workshop (Obergeschoss)**
Plane deinen Abschied
mit Sandra Vetsch (Trauerbegleiterin, Abschiedsrednerin)

11:00 - 11:45 Uhr — **Fachvortrag (Obergeschoss)**
Vorsorge ist Lebensgestaltung - heute klären, was morgen trägt
mit Roger Jud Eggenberger (Präsident Schweizerischer Verband Sterbe- & Trauerbegleitung)

11:00 - 11:45 Uhr — **Fachaustausch (AULA)**
Bestattung & Abschied
mit Petra & Peter Jenny (Ppunkt Jenny Bestattungsdienstleistungen), Ursula Lauper (Krematorium St. Gallen)

11:50 Uhr — **ENSEMBLE TABULOS (AULA)**
s Lebe isch schön
mit Franziska Akalan, Otto Zingg und Marco Cerbella

12:00 - 12:45 Uhr — **Fachvortrag (AULA)**
Gesunder Umgang mit Abschied, Trauer & Neuanfang
mit Monica Lonoce (Trauerbegleiterin)

Tagesprogramm Nachmittag

13:00 - 13:45 Uhr — **Fachaustausch (AULA)**

Trauer nach Suizid

mit Rebecca Doll (Trauerbegleiterin), Martina Giacomin (Suizid-Hinterbliebene)

13:00 - 15:00 Uhr — **Workshop (Obergeschoss)**

Schreiben in der Trauer

mit Sandra Vetsch (Trauerbegleiterin, Abschiedsrednerin)

13:50 Uhr — **ENSEMBLE TABULOS (AULA)**

River flows in you (Instrumental)

mit Marco Cerbella

14:00 - 14:45 Uhr — **Fachvortrag (Obergeschoss)**

Vorsorge ist Lebensgestaltung - heute klären, was morgen trägt

mit Roger Jud Eggenberger (Präsident Schweizerischer Verband Sterbe- & Trauerbegleitung)

14:00 - 14:45 Uhr — **Aufnahme Live-Podcast "endlich leben" (AULA)**

Kinder- und Jugendtrauer

mit Marion Jaksch (Trauerbegleiterin) und Jan Lobsiger (Podcast-Host, ERF-Medien)

15:00 - 15:45 Uhr — **Fachvortrag (AULA)**

Trauern & Erinnern in Unternehmen

mit Kathrin Freimann (Trauerbegleiterin), Johannes Zimmermann (Experte für Abschieds- und Erinnerungskultur)

15:50Uhr — **ENSEMBLE TABULOS (AULA)**

Legacy - Soloauftritt Jay Miller

Sprachmemo - Jay Miller feat. Franziska Akalan

Fix You - Cover von Coldplay

16:00 Uhr — **Verabschiedung (AULA)**

Abschluss & Dank

mit Petra Weibel und Evelyn Langensand Keller

16:05 Uhr — **ENSEMBLE TABULOS (AULA)**

Fix You - "Fading out"

Unsere Partner

Hinter der TABULOS stehen Menschen und Organisationen, die sich Tag für Tag mit Leben, Sterben und Trauer befassen. Als Partner gestalten sie die Messe mit. Sie bringen ihr Fachwissen und ihre Erfahrung ein, stellen Zeit, Ressourcen und Dienstleistungen zur Verfügung und machen die TABULOS über ihre Netzwerke bekannt. Viele haben die Planung und Umsetzung von Anfang an begleitet.

Ihr Engagement zeigt, was die TABULOS ausmacht. Niemand muss diesen Themen allein begegnen. Hospiz- und Palliativdienste, Bestattung, Trauerbegleitung, Coaching, kreative Angebote und Medien arbeiten zusammen. So entsteht ein Ort für Begegnung, Information und Austausch.

Wir danken allen Partnerinnen und Partnern herzlich für ihr Vertrauen, ihre Zeit und ihre Unterstützung. Ohne sie wäre die TABULOS nicht möglich.

Workshop (Obergeschoss)

Kreatives für Kinder & Jugendliche

ganztägig

Kreativangebot für Kinder und Jugendliche

Leben, Sterben und Trauern gehören zum Leben, auch für die Kleinsten. Kinder gehen mit dem Tod oft viel unbeschwerter und offener um als wir Erwachsene, wenn wir sie lassen. Deshalb sind Kinder und Jugendliche an der TABULOS ausdrücklich eingeladen.



Marion Jaksch

Den ganzen Tag über bietet Marion Jaksch kreative Aktivitäten für Kinder und Jugendliche an: Kerzen verzieren, Steine bemalen, Karten gestalten und vieles mehr. Mit ihrer herzlichen und humorvollen Art ist sie auch für die Fragen von Kindern und Eltern da.

Trostquelle

familientrauerbegleitung

Workshop (Obergeschoss)

Trauer Atelier – Kreativität in der Trauer

ganztätgig

Manchmal fehlen uns die Worte für das, was wir fühlen. Beim kreativen Gestalten können Gedanken und Gefühle auf andere Weise sichtbar werden: Mit den Händen zeigen wir, was uns innerlich bewegt.

Dabei zählen nicht Perfektion oder das Ergebnis, sondern das Tun, das Ausprobieren und der persönliche Ausdruck. Alles darf entstehen, nichts muss. Denn Trauer ist so individuell wie die Menschen, die sie erleben.



Rebecca Doll

Im Trauer Atelier lädt Trauerbegleiterin **Rebecca Doll** zu folgenden kreativen Angeboten ein:

- **Tränenmeer:** Gestalte deine ganz eigene Träne.
- **Unfassbares formen:** Gib deinen Gedanken und Gefühlen eine Form.
- **Trostkeks zum Mitnehmen:** Verschenke ein paar liebe Worte und nimm selbst etwas Trost mit.

lang mut
Leben | Endlichkeit | Trauer

Fachaustausch (AULA)

Selbstbestimmtes Lenbensende

10:00 - 10:45

Begleitung in der letzten Lebensphase

Wie möchte ich meine letzte Lebenszeit gestalten? Und wer kann mich und meine Angehörigen dabei unterstützen? An der TABULOS sprechen wir mit drei Fachpersonen offen über ein Thema, das oft unausgesprochen bleibt: das selbstbestimmte Lebensende und die vielfältigen Möglichkeiten der Begleitung.



Martin Höss

Martin Höss
Pflegeleitung, Kinderspitex Ostschweiz
Seit 15 Jahren begleitet Martin Höss Familien in schweren Zeiten und richtet die Betreuung ganz nach ihren individuellen Wünschen aus.



Marina Bruggmann

Marina Bruggmann
Hospizdienst Thurgau
Mit ihrem Team schenkt Marina Bruggmann schwerkranken und sterbenden Menschen eine einfühlsame Begleitung und ist für sie da, wenn es darauf ankommt.



Susanne Imhof

Susanne Imhof
Spitalseelsorgerin
Susanne Imhof macht sich gemeinsam mit Menschen im Sterbeprozess auf die Suche nach der Kraft, die sie bis zum Schluss trägt.

Hospizdienst Thurgau
Tel: 071 940 07 90

Kinder Spitex Ostschweiz

LETZTE HILFE

Workshop (Obergeschoss)

Plane deinen Abschied

10:00 – 12:00

Was wäre, wenn du deinen eigenen Abschied schon heute mitgestalten könntest?

Wir wissen nicht, was das Leben für uns bereithält. Umso wertvoller ist es, sich frühzeitig Gedanken über den eigenen Abschied zu machen und Wünsche und Vorstellungen festzuhalten.



Sandra Vetsch

Im Workshop «Plane deinen Abschied» lädt **Sandra Vetsch**, Trauerbegleiterin und Abschiedsrednerin dazu ein, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen. Sie zeigt, welche Entscheidungen nach einem Todesfall anstehen und gibt Anregungen, wie sich persönliche Wünsche schriftlich festhalten lassen.

Der Workshop richtet sich an alle, die sich bereits mit dem Thema beschäftigen, ebenso wie an jene, die einen ersten Einblick gewinnen möchten. Er bietet Ideen, Informationen und Raum für Austausch.

SV | Sandra Vetsch
Rednerin für Abschied
Trauerbegleiterin

Fachaustausch (AULA)

Bestattung & Abschied

11:00 – 11:45

Was geschieht nach einem Todesfall? Wer muss informiert werden, welche Entscheidungen stehen an und wie viel Zeit bleibt für den Abschied? Viele Fragen rund um Bestattung und Abschied bleiben unausgesprochen, bis man selbst betroffen ist.

Drei Fachpersonen geben Einblick in ihren beruflichen Alltag: das **Bestatter-Ehepaar Jenny** und **Ursula Lauper**, Geschäftsführerin des Krematoriums St. Gallen.



Peter & Petra Jenny



Ursula Lauper

Sie informieren, beantworten Fragen und sprechen offen über Themen wie:

- die ersten Schritte nach einem Todesfall
- den achtsamen Umgang mit Verstorbenen
- Aufbahrung und Abschiednahme
- Bestattungsformen und den Ablauf einer Kremation
- Gestaltungsmöglichkeiten für einen persönlichen und würdevollen Abschied

Das Gespräch soll Unsicherheiten abbauen und aufzeigen, welche Möglichkeiten Angehörige haben.

Krematorium St. Gallen

Ppunkt†Jenny

Tierbestatter Jenny

Fachvortrag (Obergeschoss)

Vorsorge ist Lebensgestaltung - heute klären, was morgen trägt

11:00 - 11:45
14:00 - 14:45

Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament: Viele Menschen schieben diese Themen auf. Oft mit der Annahme, die Ärzteschaft werde im Ernstfall richtig entscheiden oder die Angehörigen wüssten, was einem wichtig ist. Doch trifft das zu?



Roger Jud Eggenberger

Im Vortrag «Vorsorge ist Lebensgestaltung – heute klären, was morgen trägt» zeigt **Roger Jud Eggenberger** welche Vorsorgeinstrumente es gibt und wozu sie dienen.

Der Vortrag informiert sachlich und ohne Wertung. Gezielte Fragen regen zur Auseinandersetzung mit den eigenen Wünschen an und schaffen die Grundlage für selbstbestimmte Entscheidungen.

Schweizerischer Verband
Sterbe- & Trauerbegleitung

Fachvortrag (AULA)

Gesunder Umgang mit Abschied, Trauer & Neuanfang

12:00 – 12:45

Stirbt ein geliebter Mensch, steht die Welt still. Nichts ist mehr, wie es war. Viele Trauernde fühlen sich halt- und orientierungslos.

Für die Trauer gibt es keinen Fahrplan und kein Schema F. Jeder Mensch trauert auf seine eigene Weise. Das Umfeld ist oft überfordert und weiss nicht, wie es unterstützen kann.



Monica Lonoce

Im Fachvortrag «Gesunder Umgang mit Abschied, Trauer & Neuanfang» vermittelt **Monica Lonoce**, Gründerin und Leiterin der Schule für Trauerbegleitung und Entwicklerin des Modells GEFÜHLE.LEBEN.LERNEN.®, lebensnahe Impulse. Diese geben in Zeiten des Wandels Orientierung, stärken innere Ressourcen und ermöglichen neue Schritte.

Der Vortrag richtet sich an Betroffene, an Angehörige und Fachpersonen sowie an alle, die sich vorsorglich oder aus Interesse mit dem Thema befassen möchten.

Weil Sterben zum Leben gehört.

Monica Lonoce
Schule für
Trauerbegleitung

Aussteller Erdgeschoss

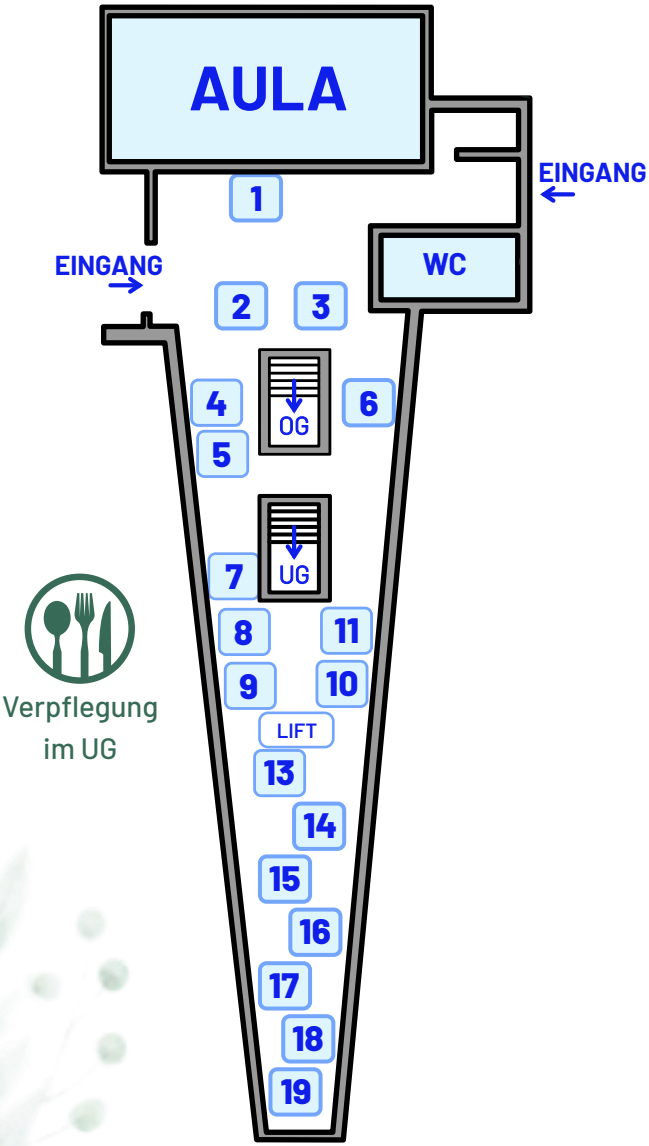
1		Petra Weibel Evelyn Langensand Keller Conny Gächter
2	EventBLUMEN GmbH Blumen für jeden Anlass	Andrea Brühlmann
3	claro gutenberg buchhandlung	André Wigger
4	Hörschatz	Franziska von Grünigen Gabriela Meissner
5		Franziska von Grünigen Gabriela Meissner
6	trauer werkstatt mare Di Maria	Daniela Sprenger Tanja Di Maria
7		Silvia Hinder Paul Wellauer
8	LETZTE HILFE	Susanne Imhof
9	Hospizdienst Thurgau	Marina Bruggmann
10	Überall für alle SPITEX Oberthurgau	Bernadette Hof-Kleiner

Den Standort der Stände kannst du der Übersicht in der Mitte der Broschüre entnehmen

11	Kinder Spitex Ostschweiz	Martin Höss
12	pro pallium	Alexandra Gächter
13		Markus Steffen
14	REGENBOGEN	Petra Weibel
15	PONY MAPS	Luzian Meier
16	GRASOL	Samantha Jung *Raum für Klang- & Frequenzarbeit*
17	STEPHANIE STADELMANN	Stephanie Stadelmann *Abschiedsrednerin, Podcast-Host*
18	Monica Lonoce Schule für Trauerbegleitung	Monica Lonoce
19	vatter&vatter.	Matthias Vatter *Verlag für Wort-Bild-Kultur*

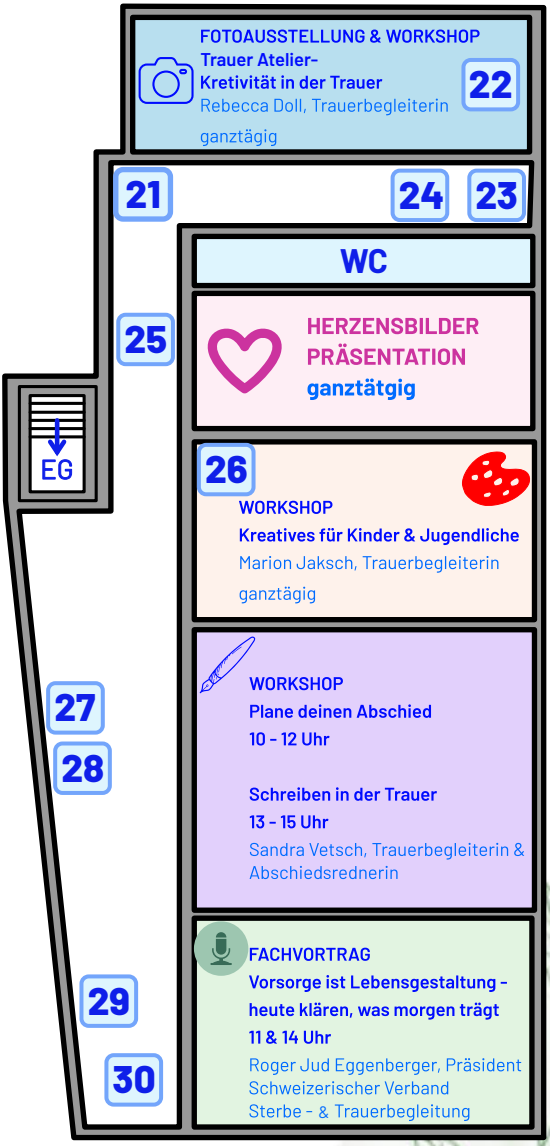
Den Standort der Stände kannst du der Übersicht in der Mitte der Broschüre entnehmen

Übersichtsplan Erdgeschoss



Verpflegung
im UG

Übersichtsplan Obergeschoss



Die etwas andere Messe

Aussteller Obergeschoss

21			Johannes Zimmermann Biografie & Erinnerung	
22	langmut		Rebecca Doll	
23	farvel		Sebastian Kuhn-Prohic	
24	Ppunkt†Jenny		Petra & Peter Jenny	
25	Herzensbilder		Josiane Kempf-Jenelten	
26	Trostquelle	familientrauerbegleitung	Marion Jaksch	
27	RUHE IM WALD STECKBORN		Markus Kuhn Bürgergemeinde Steckborn	
28			Miriam Siegenthaler Sexualität, Trauer, Wandel	
29		AKADEMIE	Julia Cattai	
30			Roger Jud Eggenberger	

Den Standort der Stände kannst du der Übersicht in der Mitte der Broschüre entnehmen

Getränke- & Speisekarte

Verkauf im Untergeschoss

Mineral & Süssgetränke

Mineral Goba laut / still	0,5 l	**4.00**
Rivella rot	0,5 l	**4.00**
Shorley	0,5 l	**4.50**
Coca-Cola	0,5 l	**4.50**
Ice Tea Lipton Lemon	0,5 l	**4.50**
Möhl Saft vom Fass alkoholfrei	0,5 l	**5.50**

Bier

Appenzeller Bier Quöllfrisch	0,33 l	**5.00**
Sonnwendlig alkoholfrei	0,33 l	**5.00**

Saft

Möhl Saft trüb Bügel	0,5 l	**5.50**
Möhl Saft trüb Bügel alkoholfrei	0,5 l	**5.50**

Wein

Herbstgold Müller Thurgau	0,5 l	**18.00**
Weisswein		
Herbstgold Pinot Noir	0,5 l	**18.00**
Rotwein		

Kaffee, Tee & Gipfeli

Kaffee Crème	**3.50**
Kaffee mit Gipfeli	**4.50**
Gipfeli	**1.50**
Tee	**3.00**

Essen

Gerstensuppe	**7.00**
Kürbissuppe	**6.00**
Wienerli mit Brot	**6.00**

Alle Preise in CHF

Wir verkaufen Bier & Wein ab 16 Jahren. Danke für euer Verständnis!

Die etwas andere Messe

Fachaustausch (AULA)

Trauer nach Suizid

13:00 – 13:45

Im Jahr 2024 nahmen sich in der Schweiz 996 Menschen das Leben. Zusätzlich fanden 1774 assistierte Suizide statt. Hinzu kommen jedes Jahr Tausende Suizidversuche, die medizinisch behandelt werden.



Rebecca Doll

Trotz dieser Zahlen wird kaum darüber gesprochen, oft aus Angst, Scham oder Schuldgefühlen. Für Hinterbliebene bedeutet das häufig, mit ihrer Trauer allein zu bleiben.



Martina Giacomin

Im Fachaustausch «Trauer nach Suizid» sprechen **Rebecca Doll**, Trauerbegleiterin und **Martina Giacomin**, Gruppenleiterin des Vereins Trauernetz offen über das Thema. Beide erlebten einen Suizid im engsten Umfeld und begleiten heute Suizid-Hinterbliebene einfühlsam und stärkend.

Sie vermitteln fachliche Hinweise, konkrete Hilfestellungen und Anlaufstellen. Zudem berichten sie, wie sie selbst als Hinterbliebene den Weg zurück ins Leben gefunden haben.

langmut
Leben | Endlichkeit | Trauer

trauernetz
Perspektiven
für Suizidbetroffene

Workshop (Obergeschoss)

Schreiben in der Trauer

13:00 - 15:00

In der Trauer fehlen oft die Worte, aus Fassungslosigkeit, Ohnmacht oder Erschöpfung. Die Gedanken drehen sich im Kreis, Gefühle lassen sich kaum fassen und manches ist ungesagt geblieben.

Schreiben kann in solchen Momenten unterstützen: Es hilft, Gedanken zu ordnen, Gefühle auszudrücken und dem, was gerade da ist, Raum zu geben.



Sandra Vetsch

Im Workshop zeigt **Sandra Vetsch**, Abschiedsrednerin und Trauerbegleiterin wie Schreiben in der Trauer wirken kann und leitet zu eigenen Texten an.

Besondere Schreibkenntnisse sind nicht nötig, nur die Bereitschaft, sich auf Stift und Papier einzulassen.

SV | Sandra Vetsch
Rednerin für Abschied
Trauerbegleiterin

Live - Podcast (AULA)

Kinder- und Jugendtrauer

14:00 - 14:45

Die Trauer von Kindern hat viele Gesichter. Nicht immer erkennen Erwachsene bestimmte Verhaltensweisen als Ausdruck von Trauer. Kinder trauern auf ihre eigene Art, abhängig von Alter, Verständnis und der Offenheit ihres Umfelds.



Marion Jaksch

Wie sprechen wir kindgerecht über Tod und Trauer? Wie lassen sich Kinder einbeziehen und in ihrer Trauer unterstützen? Und überfordern wir sie mit diesen Themen nicht?



Jan Lobsiger

Darüber spricht Familientrauerbegleiterin **Marion Jaksch** mit **Jan Lobsiger**, Host des Podcasts «endlich leben» von ERF Medien.

Das Gespräch wird live an der TABULOS aufgezeichnet. Das Publikum ist bei der Aufnahme dabei und erhält Einblick in die Welt der Kinder- und Jugendtrauer.

ERF-Podcast«endlich leben»: Gespräche über Sterben, Tod und das Leben

Im Podcast von ERF Medien werden Menschen interviewt, die beruflich oder persönlich mit der Endlichkeit des Lebens in Berührung kommen. Die Folgen laufen auch im Programm von Radio Life Channel.

Zu hören auf erf-medien.ch und allen gängigen Podcast-Plattformen.

Trostquelle

familientrauerbegleitung

erf Medien

Fachvortrag (AULA)

Trauern und Erinnern in Unternehmen

15:00 – 15:45

Trauer am Arbeitsplatz stellt Führungskräfte und Teams vor viele Fragen: Wer geht an die Beerdigung? Schreiben wir eine Karte, veröffentlichen wir einen Nachruf? Was wünscht sich die trauernde Person und wie begegnen wir ihr beim ersten Wiedersehen? Und wie geht ein Unternehmen damit um, wenn eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter stirbt?



Kathrin Freimann

Fast jedes Unternehmen ist irgendwann mit diesen Fragen konfrontiert. Trauer ist keine reine Privatangelegenheit, gleichzeitig muss der Betrieb weiterlaufen. Dieser Spagat erfordert Fingerspitzengefühl, gegenseitiges Verständnis und Empathie.



Johannes Zimmermann

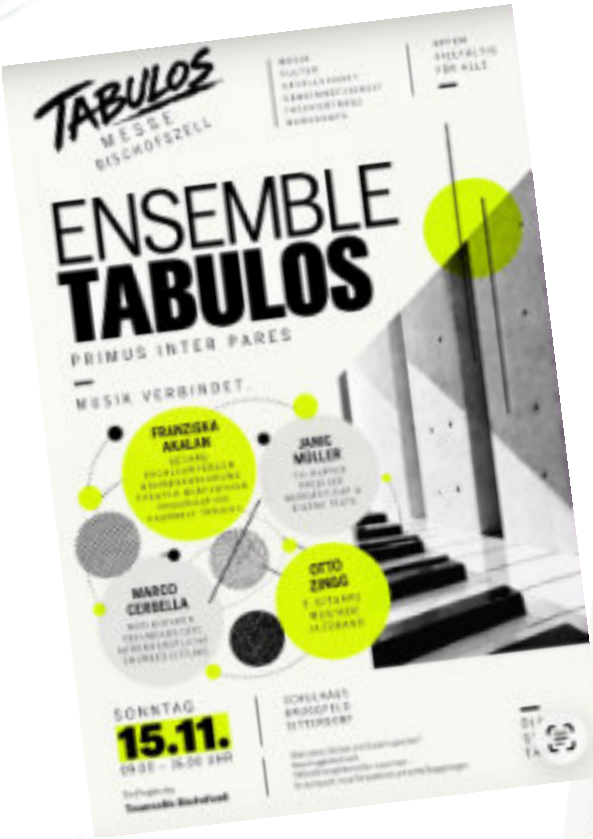
Kathrin Freimann bringt langjährige Erfahrung als Führungsperson mit. Ihre Tochter Leni Malin verstarb acht Wochen nach der Geburt. Heute begleitet sie Unternehmen in Trauersituationen, nach dem Grundsatz: «Sinnvolle Prävention statt hilflose Reaktion.»

Johannes Zimmermann von imoriam ist Experte für Erinnerungs-, Abschieds- und Biografiearbeit. Er zeigt Möglichkeiten auf, wie Erinnerungen an Menschen, Tiere und besondere Momente lebendig bleiben.

imoriam

Kathrin Freimann

Musikalische Umrahmung





Die Menschen hinter der TABULOS

Das TABULOS - Team

Hinter TABULOS stehen drei Frauen mit Herz, Erfahrung und eigener Betroffenheit. Aus unseren persönlichen Lebensgeschichten ist der Wunsch gewachsen, einen Ort für Begegnung, Austausch und Hoffnung zu schaffen.

Jeden 3. Freitag im Monat öffnen wir die Türen des Trauercafés Bischofszell. Aus dieser gemeinsamen Arbeit heraus haben wir TABULOS ins Leben gerufen.

Conny Gächter, unser herzliches, unkompliziertes Organisationstalent mit Gottvertrauen unterwegs

- *1976, verheiratet, Mama von 4 Kindern
- Gründerin Trauercafé Bischofszell
- Coach SCA + Pflegefachfrau mit Palliativ-Care-Kursen

Persönlicher Bezug zum Thema:

- Tod ihrer Schwester Daniela mit 47 Jahren an der Krankheit ALS
- Verlust ihrer Mutter als Gesprächspartnerin und Gegenüber aufgrund mehrerer Hirnblutungen während 12 Jahren



Conny Gächter

www.coaching.gaechter.info

Evelyn Langensand Keller, unsere kreative Sportliche mit Einfühlungsvermögen und innerer Ruhe

- *1983, verheiratet, Mama von 2 Kindern
- Mitgründerin Trauercafé Bischofszell
- Geomatikerin und Katechetin

Persönlicher Bezug zum Thema:

- Tod ihres Sohnes Levi im Alter von 7.5 Jahren an einem bösartigen Knochentumor



Evelyn Langensand Keller

www.federleicht-schreibwerkstatt.ch

Petra Weibel, unsere wortgewandte Fragenstellerin mit Achtsamkeit und Intuition

- *1985, verheiratet, Mama von 3 Kindern
- Präsidentin Trauercafé Bischofszell
- Dipl. Sterbe- und Trauerbegleiterin
- Integrale Prozessbegleiterin

Persönlicher Bezug zum Thema:

- Tod ihres Sohnes Manuel in der 37. SSW
- Tod ihrer Mama an Brustkrebs



Petra Weibel

www. kraftplatz-weibel.ch

Unsere Partnerinnen und Partner



Monica Lonoce

Monica Lonoce ist Gründerin und Leiterin der Schule für Trauerbegleitung und hat das Modell GEFÜHLE.LEBEN.LERNEN.® entwickelt. Seit über zwanzig Jahren schult sie Menschen im gesunden Umgang mit Gefühlen, Abschied und Veränderung. In ihrem Fachreferat an der TABULOS gibt sie Impulse aus dem Alltag. Diese sollen in Zeiten des Wandels Orientierung geben, innere Ressourcen stärken und neue Schritte möglich machen.

www.monicalonoce.ch



Martin Höss

Martin Höss arbeitet seit 15 Jahren als Pflegedienstleiter bei der Kinderspitex Ostschweiz. In dieser Zeit hat er viele Kinder und ihre Familien in palliativen Pflegesituationen kennengelernt und begleitet. Für ihn ist das keine Selbstverständlichkeit. Er ist dankbar und empfindet es als Ehre, dass ihm Familien ihr Vertrauen schenken.

www.kinderspitex-ostschweiz.ch



Marina Bruggmann

Marina Bruggmann ist diplomierte Pflegefachfrau HF und hat mehrere Jahre Führungserfahrung. Zusammen mit einer Kollegin leitet sie den Hospizdienst Thurgau und führt ausserdem die Geschäfte von Palliative Ostschweiz. Die einfühlsame Begleitung von Betroffenen in schwerer Krankheit und am Lebensende sowie die Unterstützung ihrer Angehörigen und Bezugspersonen ist ihr ein besonderes Anliegen. Die Freiwilligen des Hospizdienstes schenken schwerkranken und sterbenden Menschen Zeit, Nähe und ein offenes Ohr und stehen auch den Angehörigen zur Seite. Damit Betroffene rechtzeitig Unterstützung finden, möchte Marina Bruggmann den Hospizdienst im ganzen Thurgau bekannter machen.

www.hospizdienst-thurgau.ch



Susanne Imhof

Susanne Imhof begleitet Menschen dabei, ihre eigene Spiritualität zu entdecken und zu erkennen, welche Kraft sie im Leben und im Sterben trägt. Am Herzen liegt ihr, ganz präsent zu sein, den Menschen wirklich wahrzunehmen und ihn in dem zu begleiten, was gerade ist.

www.stgag.ch

Roger Jud Eggenberger präsidiert den Schweizerischen Verband Sterbe- & Trauerbegleitung. Der Verband vernetzt Menschen, Fachpersonen und Angebote in der ganzen Schweiz und ist Anlaufstelle für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen gleichermassen. Als Präsident setzt er sich für Orientierung, Wissen und Vernetzung rund um die Begleitung am Lebensende, beim Abschied und in der Trauer ein. Dabei stehen die individuellen Bedürfnisse und Wege jedes Menschen im Mittelpunkt. An der TABULOS spricht er über ganzheitliche Vorsorge, die Klarheit schafft, die Selbstbestimmung stärkt und Angehörige entlastet.

www.sterbentrauer.ch



Roger Jud Eggenberger

Petra & Peter Jenny arbeiten seit über 20 Jahren zusammen im Bestattungswesen. Sie begleiten Trauernde individuell und gestalten persönliche Lebensfeiern. Diese Arbeit verstehen beide als ihre Berufung. An der TABULOS möchten sie den Tod wieder näher ins Leben rücken. Sie nehmen sich viel Zeit für Gespräche und sind herzlich und einfühlsam für alle da, die darüber reden möchten.

www.ppunktjenny.ch



Peter & Petra Jenny

Ursula Lauper leitet seit 15 Jahren das Krematorium St. Gallen. In ihrer Arbeit stehen die Menschen im Mittelpunkt, sowohl die Angehörigen als auch die Mitarbeitenden. Für sie ist ein Krematorium ein Ort des Abschieds und der Würde. Angehörige vertrauen dem Team ihre Verstorbenen an, was zu einem respektvollen und ethisch sorgfältigen Umgang verpflichtet. Es ist ihr wichtig, dass ihre Mitarbeitenden ihre anspruchsvolle Aufgabe achtsam erfüllen, ohne dass sie zur Routine wird. Ebenso sollen sie gut auf sich achten und gesund bleiben, damit sie diese vertrauensvolle Arbeit auch langfristig mit Hingabe ausüben können.

www.krematorium-sg.ch



Ursula Lauper



Martina Giacomin

Martina Giacomin möchte dazu beitragen, dass Suizid kein Tabuthema ist. Sie hat selbst einen Menschen durch Suizid verloren. Dabei hat sie erfahren, wie sehr es hilft, über den eigenen Verlust zu sprechen. Darum engagiert sie sich im Verein Trauernetz und leitet eine Selbsthilfegruppe für Suizidhinterbliebene.

www.trauernetz.ch



Kathrin Freimann

Kathrin Freimann ist zertifizierte Case Managerin. Sie hatte über zehn Jahre lang selbst Führungsverantwortung. Heute verbindet sie diese Erfahrung mit ihrer eigenen Lebensgeschichte. Sie begleitet Unternehmen und Organisationen dabei, mit Trauer und persönlichen Krisen am Arbeitsplatz umzugehen.

www.kathrinfreimann.ch



Johannes Zimmermann

Johannes Zimmermann ist Experte für Erinnerungs-, Abschieds- und Biografiearbeit. Mit dem Projekt imoriam bewahrt er zusammen mit seinem Team persönliche Herzensdinge auf, sowohl analog als auch digital. So soll ein Leben auf seiner letzten Etappe und darüber hinaus Wert, Würde und Bedeutung erhalten.

www.imoriam.com



Franziska Akalan

Franziska Akalan hat das Musikteam der TABULOS zusammengestellt und wirkt selbst als Sängerin mit. Sie hat über zehn Jahre Bühnenerfahrung in Produktionen unter der Leitung von Claudia Corti am Theater Winterthur. Beruflich ist sie Fachlehrperson für Berufliche Orientierung auf der Sekundarstufe und begleitet junge Menschen auf ihrem Weg in die Zukunft. An der TABULOS möchte sie zur Aufklärung über Leben und Sterben beitragen. Für sie öffnet Musik einen persönlichen Zugang, verbindet Menschen und hilft, Berührungsängste abzubauen.

Musikteam: Marco Cerbella (Piano, Musiklehrer und Chorbegleiter), Janic Müller alias Jay Miller (Mundart-Rap mit eigenen Texten), Otto Zingg (E-Gitarre, Gitarrist einer Jazzband)

Marion Jaksch ist 42 Jahre alt. Sie ist in der ländlichen Umgebung von Flawil aufgewachsen und lebt dort bis heute mit ihrer Familie und vielen Tieren. Als Familientrauerbegleiterin unterstützt sie Menschen in einer der schwierigsten Phasen ihres Lebens. Dabei erlebt sie immer wieder, wie hilfreich ihre Tiere in der Begleitung sind. An der TABULOS informiert sie über Trauer bei Kindern und geht mit Kindern und Jugendlichen ganz tatkräftig und kreativ ans Werk.

www.trostquelle.ch



Marion Jaksch

Rebecca Doll setzt sich dafür ein, Tabuthemen wie Trauer, Suizid und Endlichkeit sichtbar zu machen und ihnen Raum zu geben. Es ist ihr ein Herzensanliegen, Sterben, Tod und Trauer in die Gesellschaft zu tragen. Sie möchte Menschen ermutigen, sich auf ganz unterschiedliche Weise damit auseinanderzusetzen. Ihre Arbeit versteht sie auch als Aufklärung, denn Sterben und Tod gehören untrennbar zum Leben. An der TABULOS nimmt sie am Fachaustausch zum Thema Suizid teil, stellt ihr Traueratelier in einem Workshop vor und zeigt ihre Ausstellung «Port(e)rait».

www.langmuttrauer.ch



Rebecca Doll

Sandra Vetsch, Abschiedsrednerin und Trauerbegleiterin aus dem Toggenburg ist für Menschen da, wenn ihnen die Worte fehlen. Sie hört zu und gibt auch dem Raum, was unausgesprochen bleibt. Ihre eigenen Abschiede und Verluste haben ihr gezeigt, wie wichtig es ist, gut für sich selbst zu sorgen und den eigenen Gedanken und Gefühlen Platz zu geben.

www.sandravetsch.ch



Sandra Vetsch

Gedanken-Parkplatz

Liebe Besucherin, lieber Besucher

Damit die vielen Eindrücke, Inspirationen und Informationen der TABULOS im Gedächtnis bleiben, haben wir hier Deinen ganz persönlichen Gedanken-Parkplatz eingerichtet.

Schön, dass Du da warst. Danke für Dein Interesse und Deinen Mut, Dich mit der Endlichkeit des Lebens auseinanderzusetzen.

Dein TABULOS-Team

Gedanken-Parkplatz



Mit Anmeldung

Herzlich Willkommen:

jeden 3. Freitag des Monats, 18.30 - 20:30 Uhr

Im Bistro an der Poststrasse 8 in Bischofszell

Anmeldung unter:
oder 079 871 88 24

Abschied nehmen ist etwas vom Schwersten, was uns das Leben zumutet. Das Trauercafé begleitet in dieser Herausforderung, um mit dem Verlust leben zu lernen.

„Die Trauer hört niemals auf, sie wird ein Teil unseres Lebens. Sie verändert sich und wir ändern uns mit ihr."

Nach einem gemeinsamen Einstieg werden unterschiedliche Möglichkeiten angeboten, der eigenen Trauer Raum zu geben oder einfach da zu sein.

Bei uns sind alle willkommen, die einen Verlust erlitten haben, unabhängig wie lange dieser zurück liegt und um wen getrauert wird. Begleitet wird die Gruppe von erfahrenen und geschulten Personen.

Der Besuch ist kostenlos, eine Spendenkasse steht bereit.

Konsumationen auf eigene Rechnung.

Trauercafé Bischofszell

Kontakt und Informationen:
Petra Weibel
079 871 88 24
info@trauercafe-bischofszell.ch
www.trauercafe-bischofszell.ch