



Der Würdekompass e.V. lädt ein

Ankündigung



WÜRDEKOMPASS
GEMEINSAM – WÜRDE – STÄRKEN

„Wir brauchen Menschen, die sich ihrer eigenen Würde bewusst werden: die eine Vorstellung davon entwickeln, wer sie sein und wofür sie leben wollen.“

Als zutiefst soziale Wesen können wir diese Orientierung bietende und sinnstiftende Vorstellung der eigenen Würde nicht allein herausbilden. Wir brauchen dazu Gemeinschaften, in denen wir uns in dieser Welt gespiegelt sehen und die Verbindung zu uns selbst sowie zu anderen aufbauen können. Als Initiative Würdekompass wollen wir Raum für genau solche Gemeinschaften schaffen, die einander einladen, ermutigen und inspirieren, die Verbindung zum Lebendigen in sich aufzubauen und sich innerlich aufzurichten.

Eine Möglichkeit dazu findet sich zum **Jahrestreffen des Würdekompass e.V.** – öffentlich für alle interessierten Menschen – am **23.9.2023** im Haus Steinbreche, Dolmanstraße 17 51427 Bergisch Gladbach. Eintritt 18 € inklusive Mittagessen und Snacks, Tickets unter **kompass.cafe23@wuerdekompass.org**

Programm 23.09.2023

10:45 Uhr **Einlass**

11:00 Uhr **Begrüßung**

Grußworte Bürgermeister Frank Stein
Ankommen durch meet & greet

12:00 Uhr **Mittagessen** Reichhaltige Suppe mit
Wahl-Beilagen / Vegane Suppen-Variante

13:00 Uhr **Impulsvortrag und Einführung** in die
Methode „Kompass-Café“ (nach World
Café-Methode) / In der Gemeinschaft
werden Fragen zum Bewusstsein der
eigenen Würde bewegt:

Beginn Kompass-Café (inkl. Café-Snacks)

13:45 Uhr **Kompass-Café Runde 1**

14:45 Uhr **Kompass-Café Runde 2**

15:45 Uhr **Kompass-Café Runde 3**

17:00 Uhr **Klangvolle Ernte**

18:30 Uhr **Ausklang**

Inspiration / Bücherecke / Gespräche / **Ausstellung „Jeder Mensch ist eine Königin/ein König“, Skulpturen von Diakon Ralf Knoblauch.**

Wieviel Würde kommt jedem Menschen zu: von Gott, von sich, von anderen und wie viel bleibt im Verborgenen? / Seine Königsfiguren zeigen sich scheinbar machtlos und bescheiden in ihrer Größe und Würde im Verborgenen. Sie berühren die Betrachter und erinnern uns an unsere eigene Königswürde – und daran, dass wir Menschen füreinander da sein sollen.

Würde ist die Kraft,

die meine **Ganzheit** wiederherstellt und
so zur **Selbsteilung** von Körper,
Geist und Seele und somit
zur **Selbstwirksamkeit** führt.



**Die Würde des Menschen
ist unantastbares**

(unveräußerliches)

Menschenrecht



Ihre Elemente sind:

- Selbst-Bewusstsein
- Selbst-Vertrauen
- Selbst-Verantwortung
- Selbst-Fürsorge
- Selbst-Liebe
- Selbst-Bestimmung
- Selbst-Ermächtigung
- Selbst-Wahrnehmung
- Selbst-Reflexion u.a.

Wie stärke ich meine Würde?

Denkansätze:

- Ich erkenne meine eigene Geschichte an. Wie haben mich meine Krisen gestärkt?
- Ich akzeptiere – was gewesen ist und ich bin Gestalter meiner Gegenwart.
- Ich achte auf meine innere Stimme. Meine Gedanken lenke ich in eine positive Richtung.
- Ich werde mir meiner Träume und Ziele bewusst, das hilft mir, mein Denken und Handeln auszurichten.
- Ich erkenne meine wunden Punkte, sie sind der Auslöser von intensiven, wiederkehrenden Gefühlen wie Ohnmacht oder Wut. Ich lerne sie mental und körperlich wahrzunehmen.
- Ich gehe liebevoll mit mir selber um und schenke meinem inneren Kind Aufmerksamkeit.
- Ich übe mich selbst in Vergebung, werde mir meiner Bedürfnisse bewusst und richte mein Leben danach aus.
- Ich erlaube mir Hilfe zu holen.
- Ich schaffe mir einen Raum, wo ich mich mit meiner Würde beschäftigen kann.



Wie würdevoll **begegnen Sie sich selbst?**

Wie würdevoll **begegnen Sie anderen Menschen im Alltag?**

Wie viel Würde und Menschlichkeit **sind mittlerweile verloren gegangen?**

Wie können wir selbst und gemeinsam diese **grundlegenden Werte wieder in unser Leben zurückholen?**

Erst wenn wir stolpern, achten wir auf den Weg!

Haben Sie Interesse

- Ihre Würde zu stärken und liebevoller mit sich selbst umzugehen?
- mehr über das Erreichen eines würdevollen Umgangs für sich und Ihre Mitmenschen zu erfahren?
- einen dialogischen Vortrag bei uns zum Thema zu buchen?
- uns in unserer Gruppe zu unterstützen?
- sich am „Tag der Würde“ in Bergisch Gladbach persönlich einzubringen?

Unsere **Kontakt**daten

LIEBEVOLLICH
tag-der-wuerde.de

c/o Cornelia Schwöppe
Cornelia.schwoeppe@online.de
0172 5710117



Tag der Würde

Seit 2020 hat unsere Gruppe den „Tag der Würde“ zum 11.09. im Jahr ausgerufen.

Am 9.9.2023 haben wir einen Stand in der Fußgängerzone auf dem Stadtfest in Bergisch Gladbach. Hier können Sie mit uns ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und den Mut fassen, um ihrer Würde wieder Ausdruck zu geben.