



Photo:Sigrid Pliessnig

Hilde Kappes ist Musikerin, Sängerin, Somatic Experiencing practitioner (Traumaheilung nach P. Levine) und hat viele Jahre Erfahrung im Umgang mit Menschen. Seit vielen Jahren arbeitet sie im Bereich: Musik - Stimme - Bewegung - Kommunikation, mit jeder Altersgruppe, von Kindern bis SeniorInnen.

Als Präsenzkraft in einer WG für Menschen mit Demenz wurde ihr klar, dass sie eines ihrer Herzensprojekte jetzt umsetzen möchte. Sehen Sie dazu auch den YouTubeFilm. Link auf: www.hildekappes.de



ALTWERDEN IN WÜRDE

Die Tragik des Altwerdens ist manchmal mehr als wir tragen können. Den alternden Menschen gebührt Ehre und Achtung und dennoch landen sie oft in einer Art Insignifikanz. Angehörige plagen sich oft mit Verdrängung und schlechtem Gewissen. Zeit und Zeugenschaft sind wichtige Worte, die im Prozess des Zuhörens erlebt werden. In verwandtschaftlichen Verhältnissen ist genau das oft nicht möglich. Das Sammeln der Geschichten in einem Buch gibt dem Leben, was gelebt wurde noch mal Respekt und Ehre.

Es gibt Dinge im Leben,
die gehören gesagt, weil sie dich freier machen. Willst du befreit gehen von dieser Erde, dann sage diese Dinge, schreib sie auf...ohne den Druck zu haben, SchriftstellerIn sein zu müssen. Dein Ausdruck ist Eindruck für deine Nachkommen und macht dich sichtbar und alles, was verschwiegen war. Dadurch bekommt dein Leben und auch das Gehen einen ganz anderen Sinn!

HILDE KAPPES
hildekappes@gmx.net

0176 - 66870133

DEIN LETZTES WERK



„Herz gelenkt“ von Hilde Kappes

Ein Porträt über
dein Leben





Warum ist meine Ausbildung der Somatic - Experiencing Trauma Behandlung von Bedeutung?

Im Gespräch über die Vergangenheit kommen oft Bereiche zu Tage, die äusserst empfindlich sind oder noch voller Schmerz. Meine Bereitschaft damit umzugehen, den Raum zu halten, Zeugin zu sein, ist langjährig geschult und unterstützt maximal. Durch das künstlerische Gestalten des Erzählten wird Heilung möglich. Gleichzeitig entsteht eine Dokumentation, die ein Leben nachzeichnet, welches facettenreich und lebenswert war. Im Alter überwiegt oft Krankheit und Trauer über Vergänglichkeit, durch das Sich-Erinnern bekommt vieles wieder einen Sinn und wird verarbeitet und losgelassen. Ich bin überzeugt, dass jedes Leben eine Art Kunstwerk ist, aber die Perspektive ist wichtig. Zu oft gehen Menschen mit einem Gefühl von Ungeachtet sein, überflüssig und lästig sein, ein oft unverzeihliches Ende, das viele Angehörige noch über den Tod hinaus belastet. Lassen Sie uns das gemeinsam verändern. Siehe auch Info: www.hildekappes.de

DEIN LEBEN HAT BEDEUTUNG

WAS DU IMMER SCHON SAGEN WOLLTEST.....WAS DU NIE MEHR WIEDER SAGEN KANNST...UND: WAS ANDERE GERNE HÖREN WÜRDEN !



VORGESPRÄCH: 2- 3 STUNDEN 200€

...wir lernen uns kennen. Sie müssen mir vertrauen können und ich auch Ihnen. Wir besprechen, wie genau wir vorgehen. In manchen Fällen können Sie noch schreiben und brauchen nur Hilfe, in anderen Fällen können Sie nur mehr bruchstückhaft Erinnerungen zusammen bringen. Entscheiden Sie sich für das Projekt, werden die 200€ angerechnet auf den Gesamtpreis. Mehr Info: www.hildekappes.de

Was ist im Falle von Demenz?

Es gibt im Alter verschiedene Grade von Demenz oder auch Alzheimer. Ich verschaffe mir im Erstgespräch ein genaues Bild und wir entscheiden gemeinsam mit Angehörigen, wieviel künstlerische Freiheit wir in der Gestaltung mit hineinnehmen. Vielleicht sind Sie als Angehörige die/derjenige, die/der das Buch von Ihrer Mutter/Ihrem Vater erzählen möchte.

HAUPTTEIL 1: CA. 2 MONATE PAUSCHAL 2000€

In den zwei Monaten treffen wir uns einmal wöchentlich für 2-3 Stunden (variabel); insgesamt versuchen wir die Arbeit auf 20 Stunden zu begrenzen. Jede einzelne Stunde ist eine Stunde, in der Ihre Mutter/Ihr Vater ihr eigenes Leben reflektieren kann und dazu professionell begleitet wird. Alles, was über diese 20 plus ca. 15 Stunden Bearbeitung hinaus geht, wird abgesprochen und extra abgerechnet. Mehr Info: www.hildekappes.de

Ergänzend bieten wir eine ständige Begleitung mit Kamera oder ein einzelnes Interview als Film zusammen geschnitten. Dieses könnte mit einem QR-Code im Buch anzuklicken sein. Das würde einen zusätzlichen finanziellen Posten ausmachen.

BEARBEITUNG: 1 MONAT PAUSCHAL 500€

Die Gespräche werden je nach Absprache als Erzählung bearbeitet und niedergeschrieben sowie zum Druck gegeben. Sie entscheiden, welches Format es bekommt und wieviel Exemplare Sie drucken lassen möchten. Ob für Ihre Familie oder nur eines für Sie. Wenn Sie eine zusätzliche Gestaltung mit Photos möchten, wird dies als Extra Posten berechnet, da ich dann eine/n GraphikerIn einschalte. Die Druckkosten werden zusätzlich berechnet.

Einer Veröffentlichung Ihres Buches steht nichts im Wege: ich berate Sie, wie dies zu bewerkstelligen wäre. Wir würden eine Literaturagentin/-Agent suchen, die Ihr Buch auf den Markt bringen würde. Auch das wäre dann ein Zusatz-Posten.