



Weitere Infos und Anmeldung

## Swedish Death Cleaning - Mit weniger Besitz zu mehr Klarheit und Entlastung

### Kurzbeschreibung:

Swedish Death Cleaning ist ein einfühlsamer Ansatz aus Schweden, bei dem es darum geht, sich bewusst mit dem eigenen Besitz auseinanderzusetzen und rechtzeitig Ordnung zu schaffen. So entlasten Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihre Angehörigen. Inhalte und Ziele: Der Kurs unterstützt Sie dabei, sich Schritt für Schritt von Überflüssigem zu trennen und mehr Übersicht und Leichtigkeit in Ihren Alltag zu bringen. In drei aufeinander aufbauenden Einheiten: lernen Sie das Konzept des Swedish Death Cleaning kennen und setzen sich mit den emotionalen Aspekten des Loslassens auseinander, entdecken Sie konkrete, alltagstaugliche Strategien zum Ausmistenerhalten Sie Unterstützung im Umgang mit persönlichen Gegenständen sowie bei der nachhaltigen Umsetzung. Sie erhalten praktische Impulse, Orientierung und Sicherheit, damit Sie den Prozess selbstständig weiterführen können.

**Angebot:** SZ-20262-2-105

**Termine:** 08.09.2026 - 22.09.2026  
3 x Di 14:00 - 15:30

**Leitung:** Malin Hirt

**Ort:** Pro Senectute Kurse, Hintere Bahnhofstrasse 8, 8853 Lachen SZ, Kursraum 1

**Kosten:** CHF 95.00

**Hinweise:** Die Rechnungstellung erfolgt am Kursende.



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.