

Teilnehmergebühr:

30,00 Euro

(incl. Unterrichtsmaterial sowie
Verpflegung, mit Mittagspause)

Beginn: 09:00 Uhr

Ende: 16:00 Uhr

Alle Teilnehmenden erhalten von der Hospiz-
Akademie Bamberg gGmbH eine Teilnahme-
bestätigung.

Wegbeschreibung



(Kolping wegen Wegbeschreibung anrufen)

Kolping Hotel GmbH
Moritz-Fischer-Str. 3
97421 Schweinfurt
Tel. 09721 7 88 37 00

Kontakt:

Hospiz- und Palliativversorgungsnetzwerk
Schweinfurt – Bad Kissingen –
Rhön Grabfeld
Petra Licha-Hofmann
Netzwerkmoderatorin
Petersgasse 5
97421 Schweinfurt
Telefon 09721 51-3965
E-Mail: HPVN@Schweinfurt.de



Hospiz- und Palliativversorgungsnetzwerk
Schweinfurt – Bad Kissingen – Rhön Grabfeld

Resilienz Schulung veranstaltet vom

Hospiz- und Palliativversorgungsnetzwerk

**Den Tod bedenken –
das Leben verstehen**

Den alltäglichen Herausforderungen mit innerer Stärke und Selbstfürsorge begegnen

Inhalte:

„Eigentlich wäre das Leben ja schön, wenn ich nicht so k. o. wäre!“ antworten Pflegekräfte und pflegende Angehörige oft auf die Frage wie es ihnen geht. Sie sind in einem hohen Maß körperlichen und seelischen Belastungen ausgesetzt, leisten Schwerstarbeit im Umgang mit kranken und sterbenden Patienten und sind zugleich auch ihren persönlichen Lebensthemen verpflichtet.

Um psychischen und physischen Herausforderungen standzuhalten, bedarf es einer inneren Stärke, einer Widerstandsfähigkeit (Resilienz), die ein Leben lang entwickelt und vertieft werden kann.

Resiliente Menschen besitzen „Denk- und Verhaltensstrategien“ im Umgang mit Herausforderungen. Sie sind „Stehaufmännchen“ und gehen meist gestärkt aus Krisen hervor.

Ziele und Arbeitswege

Die Selbstfürsorge, d. h. der liebevolle und humorvolle Umgang mit sich selbst ist eine Schlüsselqualifikation, um eigene Widerstandskräfte zu stärken. Mit Achtsamkeitsimpulsen und Entspannungssequenzen sowie der Reflektion und dem Erlernen neuer Handlungsmuster werden den Teilnehmern/innen krisentaugliche Wege zum Aufbau innerer Stärke vermittelt.

Die Teilnehmer/innen erhalten Wissen und Impulse für den Umgang mit sich selbst und anderen Menschen. Es gilt eigene Ressourcen als Lebenshilfe wieder zu erwecken oder zu vertiefen, um anstehende Herausforderungen zu meistern und zum eigenen Wohlbefinden zurückzufinden.

Zielgruppe:

Pflegekräfte

Termin und Ort:

Freitag, 22.07.2022

9.00 Uhr - 16.00 Uhr

Inhouse-Schulung

Kolpinghotel GmbH in Schweinfurt

(siehe Wegbeschreibung)

Leitung:

Carmen Voit - Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilprG), Coach & Entspannungstherapeutin

Von der

Hospiz-Akademie Bamberg gGmbH

Akademie für Aus, Fort- und Weiterbildung in allen Bereichen der Hospizarbeit, Palliativpflege und Palliativmedizin

Lobnhofferstraße 10

96049 Bamberg

Tel. 0951 / 955 07 22

Fax 0951 / 955 07 25