# 211/2022: Kraftquellen in Beruf und Alltag

### Zielgruppe

Mitarbeitende aus sozialen Einrichtungen und Interessierte

#### **Termine**

19.10.2022

### Uhrzeit

09.00 - 16.15 Uhr

#### Ort

Diakonische Akademie für Fort- und Weiterbildung e.V. Bahnhofstr. 9 01468 Moritzburg

### ReferentInnen

Lydia Röder Zertifizierte Kursleitung Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin, Zusatzqualifikation Große Basisqualifikation Bundesverband Trauerbegleitung, Supervisorin, Yogalehrerin, Musiktherapeutin

## Leitung / Organisation

Andreas Görlitz / Karin Friedrich

### Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter www.diakademie.de

### Informationen

Tel.: 035207 - 843 50



# Kursgebühren

130 €

## Kursgebühren für Mitglieder 105 €

### Bemerkungen zu den Kosten

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächs. Landtags beschlossenen Haushaltes. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der EEB Sachsen statt.

## **Beschreibung**

Wie gehen wir damit um, dass unsere Kraft sich manchmal erschöpft, wir Mut und Energie verlieren und uns häufig überfordert und ausgebrannt, müde und entmutigt fühlen? Wie können wir Erfahrungen von Kompetenz, Freude und Inspiration bei uns selbst und im Kontakt mit KollegInnen, KlientInnen und Vorgesetzten fördern?

## Lernergebnisse:

Die Teilnehmenden erfahren, welche Ressourcen in ihnen schlummern und aktiveren sie. Sie erlernen ein paar einfache Übungen zum Auftanken, die sie Zuhause praktizieren können. Diese helfen ihnen dabei, Offenheit, Klarheit und Geduld zu entwickeln.

Die Fortbildung ist geeignet als Aufbauseminar für zusätzliche Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI (gemäß der RL nach § 53b SGB XI).

Die Fortbildung ist geeignet als Aufbauseminar für Praxisanleiter/innen gemäß § 4 Abs. 3 PflAPrV.

## Schwerpunkte

- eigene Erfahrungen und Ressourcen bewusst machen
- neue Techniken der Entspannung erlernen
- Stille und angeleitete Übungen zum Auftanken

### Zugangsvoraussetzungen

## Bemerkungen

Mitzubringen sind Offenheit und Lust zur Selbsterkenntnis.