

Fortbildung

10.09.2026 09:00 Uhr - 16:00 Uhr

" Balsam für die Seele"

Förderung von Ruhe, Wohlbefinden und Entspannung

Streicheleinheiten für die Seele

Menschen mit einem hohen Hilfebedarf zeigen häufig Verunsicherung und Angst. Auslöser hierfür können Ruhe- und Schlaflosigkeit sein.

Persönliche Zuwendung in Form von kleinen und einfachen Angeboten können entspannen und damit das Wohlbefinden fördern. So zum Beispiel die Hand halten, den Rhythmus des Betroffenen aufgreifen bei einem Gespräch, seine Körperspannung aufnehmen und darauf reagieren, Düfte einsetzen, Massagen und anderes mehr.

Selbstfürsorge

Wer kennt nicht das Gefühl: trotz langjähriger Erfahrung und guter Planung nie fertig zu werden? Zeitdruck und der daraus entstehende Stress bringt uns aus dem Gleichgewicht und sorgt für Kopfschmerzen oder Verspannungen im Nacken-Halsbereich.

Was tut mir gut? Und wie kann ich "auftanken", um auch weiterhin meine Aufgaben mit Freude zu erledigen?

Das erwartet Sie im Workshop

- Bedeutung von Entspannungsphasen für uns Menschen
- Möglichkeiten der Unterstützung von Wohlbefinden und Ruhe durch z. B. gezielte Berührungsangebote, Streichungen, Rhythmisierung der Atmung, Rücken- und Kopf-Nackenmassage
- Einsatz von ätherischen Essenzen
- Erfrischende Auflagen und wärmende "Waschungen"
- Praktische Selbsterfahrung und deren Auswertungen

Die Fortbildung umfasst auch die Reflexion der beruflichen Praxis und die Aktualisierung von vermitteltem Wissen nach §§ 43b, 53b SGB XI zur Qualifikation und zu den Aufgaben von zusätzlichen Betreuungskräften in stationären Pflegeeinrichtungen.

Zielgruppe:

Alle Mitarbeitende in ambulanten und stationären Altenhilfeeinrichtungen, Wohngemeinschaften, Tagespflegereinrichtungen, Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen, Einrichtungen der Eingliederungshilfe, Kindertagesstätten, Ehrenamtliche und Freiwillige auf Anfrage

Termin:

10.09.2026 09:00 Uhr - 16:00 Uhr

Kosten:

170,00 €

Veranstaltungsort:

Haus der Caritas im Bistum Mainz
Bahnstraße 32
55128 Mainz
www.caritas-bistum-mainz.de

Referent(inn)en:

Kersten Runge (Krankenschwester Pall.Care, Aromaexpertin, Qualifizierung Naturheilkundliche Pflege, Praxisbegleiterin f. Kinästhetik i.d. Pflege, Praxisbegleiterin und Dozentin für Basale Stimulation i.d. Pflege)

Ansprechpartner:

Beate Kramer (beate.kramer@caritas-bistum-mainz.de, +49 (6131) 2826-261)
Susanne Kraft (susanne.kraft@caritas-bistum-mainz.de, +49 (6131) 2826-260)

Veranstalter:

Caritasverband für die Diözese Mainz e.V. Referat Altenhilfe und Betriebswirtschaft

Veranstaltungsnummer:

AH 26_08