



## Fortbildungen

### Meditation

**Termine:** Teil 1: Mo. 06.05.2024  
Teil 2: Mo. 10.06.2024  
Teil 3: Di. 11.06.2024

**Uhrzeit:** 09:00 - 16:30 Uhr

**Ort:** St. Maria,  
Clubraum

■ **Beschreibung:** Lernen Sie Meditation als Werkzeug der Selbsterforschung, Selbstregulation und Selbsterkenntnis kennen. Es wird ohne dogmatisches Beiwerk eine moderne, aufgeklärte Sichtweise vermittelt, die auf wissenschaftlichen Grundlagen beruht.

21 CME-Fortbildungspunkte beantragt

■ **Ziele:** Möglichkeiten und Grenzen im therapeutischen Kontext kennenlernen, sichere Anleitung und Vermittlung der Grundlagen zur Meditation im Einzelsetting.

■ **Inhalte:** Grundlagen der Meditation, Meditationsmethoden, aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und Studien, Vielfalt an Meditationstechniken als Selbsterfahrung kennenlernen und ausprobieren.

■ **Methoden:** Workshop, praktische Übungen.

Bequeme warme Kleidung, dicke Socken, Yogamatte oder Decke bitte mitbringen.

**Zielgruppe:**

Ärztlicher Dienst, Psychologischer Dienst und Pflegedienst des Vinzenz von Paul Hospitals.

**Anmeldung bis:**

Mo. 08.04.2024

Max. 10 Teilnehmende

3-teilige Veranstaltung, eine Anmeldung gilt für alle 3 Termine

**Referent:**

Jörg Deschensky

**Anmeldung: *Hospital-Akademie*  
Intern über das Intranet**

