



## Fortbildungen

### Meditation

#### – Update –

**Termin:** Mo. 22.09.2025

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

**Ort:** St. Maria,  
Clubraum

■ **Beschreibung:** Möglichkeit zur weiteren Entwicklung des inneren Verständnisses und der Intuition für die unterschiedlichen Aspekte der Meditation und deren Techniken.

■ **Ziele:** „Fresh up“ der bereits vermittelten Meditationsmethoden und

Anwendungsbereiche. Festigung der Anleitekompetenz. Kennenlernen weiterer Meditationsarten und -techniken.

■ **Inhalte:** Angebot für Erfahrungsaustausch, Kennenlernen von Möglichkeiten im Umgang mit Widerständen und Blockaden bei sich und dem Gegenüber, Bedeutung von Meditation im Kontext der Gesundheitsprävention und Resilienz.

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

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

#### **Zielgruppe:**

Mitarbeitende des Vinzenz von Paul Hospitals, welche die Fortbildung "Meditation" absolviert haben.

#### **Anmeldung bis:**

Mo. 25.08.2025

Max. 10 Teilnehmende

#### **Referent:**

Jörg Deschensky

8 Fortbildungspunkte

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

