



ERZBISTUM
BERLIN

ERZBISCHÖFLICHES
ORDINARIAT

Arbeitsbereich Sendung

Bereich Personal
Teilbereich Personalentwicklung

Gekonnt Auftanken – Aktives & Entspannendes für eine gesunde Selbstfürsorge

Nach einem coronabedingt herausfordernden Jahr in der Krankenhauseelsorge gilt es, die Selbstfürsorge wieder mehr in den Blick zu nehmen, Strategien zum Auftanken neu zu beleben und die Säulen der Selbstfürsorge (Beruf(ung), Soziales und Persönliches) neu auszubalancieren.

Das Seminar bietet Anregungen zum Ausprobieren vielfältiger praxisbezogener und lebendiger Übungen zur Selbstfürsorge und dient dem Erfahrungsaustausch untereinander. Es regt zu Minipausen und ritualisierten Übergängen im Arbeitsalltag an und lenkt den Blick auf die Ressourcen, die es ermöglicht haben, die besonderen Herausforderungen zu meistern.

Referent:	Thomas Reformat, Dipl.-Psychologe, Physiotherapeut, Systemischer Coach (www.relax-gesundheitsmanagement.de)
Teilnehmende:	Krankenhauseelsorgende im Erzbistum Berlin
Termine:	07.10.2021
Ort:	Beratungs- und Bildungszentrum, Ahornallee 33, 14050 Berlin
Zeit:	9.00 bis 12:30 Uhr
Teilnahmezahl:	max. 10 Personen
Anmeldung:	https://www.erzbistumberlin.de/anmeldung/seminare-krankenhauseelsorge
Anmeldeschluss:	24. September 2021
Informationen:	Sigrid Rogge, Mail: sigrid.rogge@erzbistumberlin.de , Tel.: 0174 9394872 Luzia Hömberg, Mail: luzia.hoemberg@erzbistumberlin.de , Tel.: 03032684 252

Das Seminar ist eine Kooperationsveranstaltung des Bereichs Pastoral Sendung und des Bereichs Personal Sendung, Teilbereich Personalentwicklung. Die Teilnahme ist kostenfrei.