

# Die Palliativakademie Bamberg

Aus-, Fort- und Weiterbildung im Kontext von Palliative Care. Weil eine gute und würdevolle Begleitung am Lebensende auch Wissen braucht.

In den Seminaren, Workshops und Vorträgen der Palliativakademie Bamberg geht es um Themen wie Symptomlastminderung und deren verschiedene Facetten, um Sterbebegleitung und um praktische Unterweisungen für Pflegekräfte zur Wund- und Portversorgung wie zur Aromatherapie. Speziell letztere kann sehr zur Entspannung des Körpers und zum seelischen Ausgleich der PatientInnen beitragen. Besonders wichtig ist die Kommunikation: zu lernen, das Empfinden für den richtigen Ton, die richtigen Worte auch in Phasen zu entwickeln, in denen Zeitdruck und Stress ganz besonders auf der Situation lasten. Aber auch zu lernen, seine eigenen Empfindungen und Emotionen innerhalb seiner Familie, des Teams oder gegenüber PatientInnen und ihren Angehörigen in Worte zu fassen. Denn auch damit kann es gelingen, das Gefühl der (zu) großen Verantwortung und von Zweifeln nicht übermächtig werden zu lassen und Lösungen zu finden.

Ein weiteres Augenmerk legt die Palliativakademie Bamberg auf den Bereich der Still Birth Care, der Pflege und Betreuung von Angehörigen von Sternenkindern – von der schmerzhaften Diagnose bis zum Abschied vom Kind. Auch hier, und ganz besonders hier geht es neben dem immer aktuellsten Fachwissen auch um die emotionale und seelische Pflege der Betroffenen. Und darum, ihnen den Anfang eines Weges in eine Zukunft zu zeigen.

## Wir stehen Ihnen gern zur Verfügung

Palliativakademie Bamberg

Sodenstraße 14

96047 Bamberg

Tel. +49 951 509 061 00

[www.palliativakademie-bamberg.de](http://www.palliativakademie-bamberg.de)

[info@palliativakademie-bamberg.de](mailto:info@palliativakademie-bamberg.de)

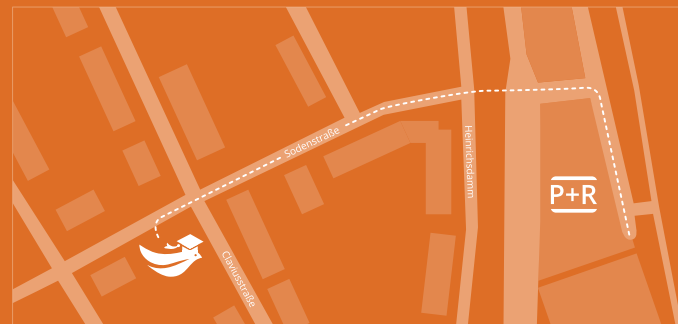
### Parkmöglichkeiten

Park and Ride Heinrichsdamm

Heinrichsdamm 33

96047 Bamberg

- 5 Gehminuten zur Akademie
- Die Parkgebühren werden von uns übernommen.



# Entspannung für Kinder



**PALLIATIV**  
AKADEMIE  
BAMBERG

[www.palliativakademie-bamberg.de](http://www.palliativakademie-bamberg.de)



**Dozentin: Martina Hosse-Dołęga**

Trauerbegleiterin (BVT), Entspannungs- & Gesundheitspädagogin, Integrale Psychoonkologin, Präventionsberaterin, i. A. zur Fachkraft tiergestützter Therapie/Interventionen (ESAAT)

Das Leben und Wachsen, die Geburt, das Sterben und der Tod meiner Söhne, die Erfahrungen - die ich in dieser Zeit mit meinem Umfeld machte, der Umgang mit Trauer und Tod in unserer Gesellschaft präg(t)en meinen Lebensweg.

Seitdem ist es mein Herzensanliegen, dass trauernde Kinder und Erwachsenen eine Sinn(e)gebende Begleitung erfahren, die in jedem Augenblick des Lebens und des Sterbens die Aufmerksamkeit auf das Wesentliche richtet und dadurch den Weg in die Zukunft ebnet.

Mit einem gut gefüllten Rucksack - Liebe und dem Schatz der Erinnerungen -, Zuversicht und Hoffnung, Kraftquellen, Dankbarkeit und Perspektive ... kann diese hohe Anforderung, die Trauer an jeden von uns stellt, gelebt werden.

Nach einer langen Zeit der Suche (in allen Bereichen - der Medizin, Spiritualität, Religion) um zu verstehen, zu begreifen, annehmen zu können schenkte mir letztendlich mein Herz (und vielleicht der Himmel) die Antwort auf meine Fragen.

Wertvolle Ausbildungen folgten, um trauernde Kinder, Erwachsene und Familien ganzheitlich und an ihren Bedürfnissen orientiert begleiten zu können. Trauerbegleitung Vergissmeinnicht ist meine Herzensarbeit.

Als freiberufliche Trauerbegleiterin (BVT), Entspannungs- & Gesundheitspädagogin, sowie Integrale Psychoonkologin, i.A. zur Fachkraft tiergestützter Therapie/ Interventionen (ESAAT) lebe und wirke ich, schöpfe Kraft aus den Begegnungen mit Menschen und Tieren, meiner Familie, dem Blick in den Himmel, dem Schreiben und Lesen.

Sternleins Reise (erschienen im Selbstverlag) ist mein Herzensbuch. Ich fühle mich dem Himmel so nah ... und bin dennoch fest verwurzelt.

## Entspannung für Kinder (Tagesseminar)

■ Mittwoch, 07.10.2020 | 9:00 - 17:00 Uhr

Ist das denn möglich, wenn - nicht "nur" - die Kinderwelt durch Krankheit, Trauer & Tod zusammenbricht? Sondern auch Reizüberflutung, großer Leistungsdruck und Freizeitstress hinzu kommen ... und jetzt auch noch eine palliative Erkrankung in der Familie!?

Immer häufiger geraten Kinder aufgrund vielfältigster Anforderungen aus ihrer Balance. Zu ihren wesentlichen Bedürfnissen zählen Bewegung und Entspannung. Ein stressiger Kinderalltag wird diesen Bedürfnissen oft nicht mehr gerecht. Kinder werden in ihrer Entwicklung gehemmt und können ihre Fähigkeiten nicht vollständig entfalten.

Geborgenheit zu fühlen, die Natur zu erleben, sinnlich und unter Einbeziehung aller Sinne zu leben - dafür bleibt oft viel zu wenig Raum. Ein natürlicher Rhythmus kommt durch ein "Rennen gegen die Zeit" (jede freie Minute wird verplant) und die Erwartungshaltung und Ansprüche der Erwachsenen aus dem Gleichgewicht. Umso wichtiger ist es diese Balance zwischen Aktivität und Ruhe wieder herzustellen, um die sonst scheinbar unerfüllbaren Sehnsüchte zu stillen. Kinder und ebenso Erwachsene brauchen Ruhepausen, das vor sich hin träumen, denn genau diese Momente ermöglichen es uns Eindrücke und Geschehnisse zu verarbeiten, neue Kraft zu tanken, um nach dieser Erholungsphase mit offenen Augen, Ohren und Herzenstüren die Welt zu entdecken.

Aus der Anspannung in die Entspannung zu kommen ist unsere Zielsetzung. Dies zu üben ist wichtig, um es selbständig und insbesondere in Belastungssituationen anwenden zu können. Entlastungsreaktionen werden durch üben leichter ausgelöst, angenehme Empfindungen verstärken sich, belastende Gefühle werden vermindert. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten wird gestärkt. Kinder verfügen über wundervolle Kraftquellen, auch um sich zu stabilisieren.

Unterstützen wir die Kinder dabei!

Welche Kraftquellen hat das Kind?  
Und wie ist das eigentlich mit dem Bauchgefühl?  
Wie können wir Kinder unterstützen?  
Was können wir Kindern zutrauen?  
Welche Übungen sollten wir kennen?  
Welche Angst & Schmerzbewältigungsstrategien können helfen?  
Und können wir vielleicht von Kindern lernen?

Dieses Seminar richtet sich an Familien/ Bezugspersonen, die ihr Kind / ihre Kinder unterstützen möchten.

Ebenso richtet sich das Seminar an engagierte Erzieher/innen & Lehrer/innen (ein gesonderter Seminartag ist ggf. für diese Berufsgruppen möglich).

■ Kosten: 130,00 EUR

■ Die Anzahl der Teilnehmer ist auf 12 begrenzt.

■ Verbindliche Anmeldung bis 16.09.2020.

## Weitere Veranstaltungen von Martina Hosse-Dołęga 2020:

- **Entspannungspädagogik - Seminartage mit der Zahl des Lebens 86400** (2-Tagesseminar)  
Auf die leise Stimme des eigenen Herzens zu hören ist wichtig. Doch was, wenn die Außenwelt so laut ist, der Stress und die Hektik so groß, dass diese Stimme nicht mehr gehört wird? Wie viel schlauer als der Kopf ist eigentlich unser Körper - wenn es um Entspannung geht?  
Montag, 18.05. und Dienstag, 19.05.2020 oder  
Dienstag, 23.06. und Mittwoch, 24.06.2020 | jeweils 9:00 - 17:00 Uhr
- **Intuitiv kreativ - Was mein Herz dir sagen möchte** (Tagesseminar)  
Wenn Wünsche, Träume und Hoffnungen fragil im Nebel schweben (z.B. durch eine palliative Erkrankung innerhalb der Familie), weil plötzlich nichts mehr ist, wie es war, braucht es manchmal ein Innehalten, ein "In sich kehren", um die Stimme des Herzens zu hören.  
Mittwoch, 20.05.2020 oder Montag, 22.06.2020 oder  
Donnerstag, 08.10.2020 | jeweils 9:00 - 17:00 Uhr
- **Kindertrauer - bauchgefühl!** (2-Tagesseminar)  
Kinder sind wundervolle Lehrmeister. Mit offenen Augen, Ohren und Herzen nehmen sie aufmerksam wahr, was um sie herum geschieht. Sie spüren deshalb sehr genau, wenn etwas nicht stimmt, Familienleben aus der Balance gerät. Sehr nah dran an den Schnittstellen des Lebens verfügen Kinder über eine Vielzahl an Ressourcen, die in der Trauer zu Kraftquellen werden können.  
Mittwoch, 23.09. & Donnerstag, 24.09.2020 | jeweils 9:00 - 17:00 Uhr
- **Tiergestützte Kinder-/Familientrauerbegleitung in der Palliative Care** (2-Tagesseminar)  
Die Seminarteilnehmer erfahren wesentliche, theoretische Hintergründe der Mensch-Tier-Beziehung und erhalten praxisnahe Einblicke in die Kinder-/ Familientrauerbegleitungen, in denen tiergestützte Interventionen eine wesentliche Rolle spielen.  
Freitag, 25.09. und Samstag, 26.09.2020 | jeweils 9:00 - 17:00 Uhr

Sollte eine Veranstaltung in unseren Räumen beispielsweise wegen zu geringer Teilnehmeranzahl oder wegen anderweitiger zum Zeitpunkt des Angebots nicht abzusehender Gründe ausfallen, werden wir Sie rechtzeitig benachrichtigen. Wir erstatten Ihnen entweder die bereits gezahlte Teilnehmergebühr in voller Höhe zurück oder belassen die durch Ihre Zahlung erfolgte Teilnahmeberechtigung als gültig für einen Ersatztermin oder eine andere Veranstaltung in diesem preislichen Umfang. Wir übernehmen keine Haftung für Kosten, die Ihnen außerhalb unserer Räume entstanden sind (z. B. Fahrt- oder Unterbringungskosten).

**Programmänderungen vorbehalten! Bitte beachten Sie unsere AGB!**

Stand 01.03.2020