

# Weiterbildungsseminar 2011

für

## Freiwillige HelferInnen

### in Alters- und Pflegeheimen

Dauer: ca. 3 Stunden z.B. 14-17 Uhr



Gesundheit !  
Clown Massimo

## „Die heilsame Kraft der Freude“

*Die Kraft der Freude ist heilsam für Leib und Seele.  
Im Augenblick der Freude sind wir im Einklang mit unserem Leben.  
Im Seminar wollen wir Quellen der Freude entdecken.*

### Ziel:

Wir entdecken Antworten auf folgende Fragen:

- Wie komme ich mit meinen Quellen der Freude in Berührung ?
- Wie kann ich daraus Kraft schöpfen für meine freiwillige Arbeit und Freizeit ?
- Wie kann ich BewohnerInnen mit ihrer Freude in Berührung bringen ?

### Themenspektrum:

- Was kann Freude auslösen ?
- Was regt meine eigene Freude an ?
- Wie kann ich erfahren, worüber sich BewohnerInnen freuen ?  
Idee einer Freudenanamnese
- Wie kann ich bei BewohnerInnen Freude auslösen ?
- Welche gesundheitsfördernden Wirkungen kann Freude haben ?