

Teilnahmegebühren
DRK-Hauptamtliche / DRK-Ehrenamtliche /
Externe:

Tagestickets
50,00 Euro inkl. Tagesverpflegung

Tagesticket Sonntag
40,00 Euro inkl. Tagesverpflegung

Gesamtveranstaltungsticket
19.07.2019 – 21.07.2019

Im DZ: 200,00 Euro

Im EZ: 150,00 Euro



Die Unterbringung erfolgt im DRK-Tagungshotel.

Weitere Informationen

Der Fachbereich Gesundheit & Soziales des DRK-Instituts für Bildung und Kommunikation ist eine staatlich geförderte und zertifizierte Einrichtung der Weiterbildung des Landes NRW.

Eine Freistellung (Bildungsurlaub) nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) ist möglich. Bildungsschecks und Bildungsprämien können eingesetzt werden.

Weitere Infos unter: www.bildungsscheck.nrw.de und www.bildungspraemie.info

Ansprechpartnerin für die Sommerschule

Nadja Maier

Telefon 0251 9739-229

nadja.maier@drk-westfalen.de

Anmeldemöglichkeiten

- Online über www.drk-bildungsinstitut.de
- E-Mail über gesundheit.soziales.bildung@drk-westfalen.de
- Telefon 0251 9739-191

Besuchen Sie uns auf Facebook:



25. Sommerschule 2019 in Münster

„Sonne für die Seele“



Foto: pixabay

**DRK-Landesverband
Westfalen-Lippe e.V.**

Institut für Bildung und Kommunikation
Sperlichstraße 27
48151 Münster

www.drk-bildungsinstitut.de

Sommerschule „Sonne für die Seele“

Machen Sie doch einfach mal etwas, was Ihnen gut tut. Man hört es oft – macht es jedoch selten.

Vielleicht besteht die Schwierigkeit darin, herauszufinden was einem wirklich gut tut und vor allem darin, die persönlichen Bedürfnisse im eigenen Alterungsprozess für sich neu zu definieren und Neuem offen gegenüber zu sein.

Im Ehrenamt, Nebenamt und Beruf in der Seniorenarbeit ist die Fürsorge ein fester Bestandteil des Tätigkeitsprofils. Was aber bringt nicht nur anderen, sondern auch Ihnen selbst ein bisschen Sonne in die Seele und spendet Kraft für gute Taten?



In unseren Workshops und Vorträgen möchten wir Ihre persönliche „was-tut-mir-gut-Liste“ erweitern.

Wir freuen uns auf Sie!

19.07.2019

10:30 Uhr: Anreise / Stehkafee

11.00 Uhr – 12.00 Uhr

Vortrag: Beziehungsmanagement

- Beziehungsformen
- Beziehungen im Wandel
- Herausforderungen und Chancen neuer Vernetzung

Referentin: Brita Kurth

12.00 Uhr: Mittagspause

13.30 Uhr – 15.30 Uhr / 16.00 Uhr – 18.00 Uhr

Workshop: Sex im Alter – „kein“ Thema

- Sexuelle Realitäten älterer Frauen und Männer
- Sexuelle Kommunikation über Vielfalt sexueller Verhaltensweisen und sexueller Orientierungen
- Sexualität im Wandel – persönlicher und medialer Blickwinkel

Referentin:

Christine Laubinger, Diplom-Sozialpädagogin,
Sexualpädagogin

16.00 Uhr – 18.00 Uhr / 16.00 Uhr – 18.00 Uhr

Workshop: Was zeichnet Glück im Alter aus?

- Erkenntnisse aus der Glücksforschung
- Kommt „das Beste“ immer zum Schluss?
- Individuelles Glück und Zufriedenheit

Referentin:

Sabine Tietze, Referentin in der Erwachsenenbildung

20.07.2019

08.30 Uhr – 10.30 Uhr / 10.45 Uhr – 12.30 Uhr

Praxisworkshop:

Aromapflege für einen entspannten Körper und Geist

- Unterschied Aromatherapie und Aromapflege
- Der Einsatz von ätherischen Ölen als wohltuende und unterstützende Helfer zur Entspannung
- Vorstellen und Einsatz verschiedener Öle zur Anwendung als Raumduft und in der Hautpflege

Referentin:

Gabi Senge, ex. Krankenschwester, Aromaexpertin

08.30 Uhr - 10.30 Uhr / 10.45 Uhr – 12.30 Uhr

Praxisworkshop:

Therapeutic-Touch – Anfassen für die Seele

- Handmassage zum eigenen Entspannen
- Spielerisches, um die Seele zum Lachen zu bringen
- Innovative Übung für den Schulter-Nacken-Bereich
- Entspannungspausen – entspannen statt anspannen

Referentin:

Monika Volkmann-Lüttgen, Fachübungsleiterin für
Rehabilitationssport, TouchLife® Massage

12.30 Uhr: Mittagspause

15.00 Uhr – 18.00 Uhr

Exkursion:

Zwischen Himmel und Erde – eine Exkursion zu unseren Wurzeln

Ort: Schlossgarten (Botanischer Garten) Münster

- Bäume – Eintauchen und mit allen Sinnen in Berührung kommen
- Bäume als Mittel zur Stressreduktion und Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit

Referentin:

Miriam Schulz, Erzieherin, Wildnispädagogin

21.07.2019

09.00 Uhr – 10.30 Uhr

Interaktiver Vortrag:

Klangbrücke – Musik verbindet!

- Methoden / Aspekte aus der Musiktherapie
- Beziehungspflege schaffen durch gemeinsames Musizieren und Singen
- Förderung der Bewegungsfreude
- Musik entfacht ein Feuerwerk für Gehirn und Gefühl

Referentin:

Elke Eisenburger, Musiktherapeutin

11.00 Uhr – 12.00 Uhr

Interaktiver Vortrag:

„Stricken für die Seele“

- Vorstellung des Projektes : „Von gut behütet – bis leicht umarmt“
- Raus aus der Isolation – Gemeinsam der Einsamkeit begegnen
- Nähe schaffen durch gesellschaftliche Teilhabe

Referentin:

Brigitte Schmittat, Initiatorin des Projektes

12.00 Uhr: Mittagspause

13.00 Uhr - 14.00 Uhr

Abschlussrunde / Abreise