

Programm

t	Donnerstag, 13.9.	Freitag, 14.9.	Samstag, 15.9.	Sonntag, 16.9.
7:00		Meditation/Bewegung	Meditation/Bewegung	Meditation/Bewegung
8:00		Frühstück	Frühstück	Frühstück
8:30				
9:00		Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde
9:30		Vivian Dittmar Gefühlskompass / Gefühle@work	Kleingruppenarbeit / Plenum Austausch und Übungen zum Vortag	Kleingruppenarbeit Transfer in den medizinischen Alltag
10:00				
10:30				
11:00				
11:30		Helene Wisser Achtsames Selbstmitgefühl	R. Hofmann, H. Snela, MuM Impulsvorträge und Vorstellung d. Workshops	Zusammenfassung und Abschluss
12:00				
12:30				
13:00		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
13:30				
14:00	Anreise			Aufräumen + Abreise
14:30				
15:00		V. Dittmar: Gefühle@work	R. Hofmann: Sensible Berührung	
15:30		H. Wisser: Achtsames Selbstmitgefühl	H. Snela: Umgang mit Verlust, Sterben und Tod	
16:00	Eröffnung + Grußwort	MuM: Spaziergang mit dem Schatten	MuM: Die Kernfähigkeiten des Dialogs	
16:30				
17:00		<i>Dauer jeweils 1,5h, Wechsel um 17:00 Uhr</i>	S. Wimmer: Schätze im Schatten heben - mit Mut, Humor und Wahrhaftigkeit	
17:30				
18:00				
18:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
19:00				
19:30				
20:00	Kleingruppenarbeit Wo begegnen uns Schatten / schwierige Gefühle / Beziehungen im medizinischen Alltag?	Abendrunde	Abendrunde	
20:30		MuM Dialog	Feiern / stille Meditation / Lagerfeuer	
21:00				
21:30		Lagerfeuer		

= Vorträge
 = Workshops
 = Plenum in großer Runde
 = freies Programm
 = Pausen

Inhaltliche Änderungen vorbehalten.

ReferentInnen:

- Vivian Dittmar** Referentin, Seminarleiterin, Autorin für eine ganzheitliche Entwicklung von Mensch, Gesellschaft, Wirtschaft und Bewusstsein
www.viviandittmar.net
- Dipl.-soz. Helene Wisser** Trainerin für Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion, Achtsames Selbstmitgefühl, Coach, Retreatleiterin
www.praxis-fuer-achtsames-leben.vpweb.de
- Rebekka Hofmann** Expertin für Berührung, Bewegungspädagogik, Bewegungs- und Tanztherapie, Esalen-Massage, psychoenergetischer Arbeit, Palliative Pflege, Hatha-Yoga
www.beruehrtes-menschsein.de
- Susie Wimmer** Freischaffende Künstlerin, Schauspielerin, Regisseurin, Choreographin, Intendantin, Klinikclown, Clown ohne Grenzen und Schauspielpatientin
www.paradeis-productions.com
- Mag. psych. Helena Snela** Hatha Yoga-Lehrerin, Jin Shin Jyutsu Praktikerin, Zen-Lehrerin der Sanbô Zen Linie. Initiatorin des Vereins Domicilium 1986. Leitung der Hospiz-Gemeinschaft Domicilium seit 2004
- Medizin und Menschlichkeit e.V.**
Medizinstudierende, ÄrztInnen und andere junge GesundheitsberuflerInnen im Engagement für Begegnungsräume, erfahrungsbasiertes Lernen und persönliche Entwicklung

Ort:

Domicilium Weyarn, Holzkirchner Straße 3, 83629 Weyarn (zwischen München und Rosenheim)

Verpflegung:

Das Küchenteam sorgt für vegetarisch-vegane, sinnliche Gaumenfreuden und damit implizit für achtsamen Genuss.

Veranstalter:

Medizin und Menschlichkeit e.V. und Stiftung Domicilium e.V.

Ärztliche Leitung: Dr. med. Eva Wartner

Wissenschaftliche Leitung: Dr. med. Elisa Loewe

Finanziell gefördert durch:

