

*Herzliche Einladung zur **Frühlingsakademie** von*



Achtsamkeits- und Resilienztraining



16. bis 21. März 2026



Domicilium Weyarn (bei München)



**ärztl. Fortbildungspunkte beantragt
(im Vorjahr 51 Punkte der Kat. C)**

**Melde dich an, wenn du dir u.a. folgende
Fragen stellst:**

- **Wie kann ich im (Berufs-)Alltag Mensch sein und bleiben?**
- **Wie gehe ich gut mit Überforderungen um?**
- **Wie kann ich die Medizin menschlicher gestalten?**

www.medizinundmenschlichkeit.de

Menschlichkeit ist Medizin

Die Frühlingsakademie von Medizin und Menschlichkeit e.V. ist ein über mehr als 15 Jahre gemeinschaftlich entwickelter und verfeinerter Selbsterfahrungsraum. Mit viel **Achtsamkeit**, Entschleunigung und psychologischer Sicherheit erlaubt er uns, genau diese Qualitäten in den Beziehungen zu uns selbst und im Miteinander zu erfahren und zu **kultivieren**. Diese mitfühlende Präsenz hat sich als sehr stützend und hilfreich im anspruchsvollen Studium und dem hektischen Berufsalltag in den Heilberufen erwiesen.

In traumainformierten Workshops und Kleingruppen üben wir, bewusst Kontakt zu uns selbst aufzunehmen und gleichzeitig andere zu **spüren**. Wir lernen unter anderem, gesunde und für uns stimmige **Grenzen** zu erkennen und zu setzen, diese im Dialogverfahren gewaltfrei zu kommunizieren und so unsere Werte und Visionen lebendig werden zu lassen.

Die Menschlichkeit wird in dieser Fortbildung erfahrbar gemacht. Um einen **ganzheitlichen** und nachhaltigen Blick auf das Feld von Menschlichkeit und **Medizin** zu werfen, arbeiten wir interdisziplinär: Mit unserem erfahrenen Team aus ehrenamtlichen tätigen Ärzt*innen, Körpertherapeut*innen und Klinikclowns erkunden wir unter anderem die Rollen von Kontakt, Bewegung, Berührung und Humor in therapeutischen Beziehungen.

Du hast Lust, deine persönlichen, menschlichen und kreativen Fähigkeiten besser kennenzulernen und sie tiefer in dein Wirken in den Heilberufen zu integrieren? **Wir freuen uns, wenn du dabei bist!**

Alle Informationen findest du auf unserer Homepage:

www.medizinundmenschlichkeit.de/projekte/akademie

