

SELBSTFÜRSORGE MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN



04. NOVEMBER 2025 (Kurs 802-25)

An diesem Nachmittag geht es um Dich, um Deine Selbstfürsorge.

Selbstfürsorge bedeutet unser körperliches, emotionales und spirituelles Sein bewusst wertzuschätzen. Sie lebt von der Fähigkeit, wach und achtsam in sich hinein zu spüren, zu erkennen, wo wir uns innerlich jetzt befinden und für uns selbst ins Handeln zu kommen.

Wir werden das weite Feld der Selbstfürsorge erforschen. Sie ist die Grundlage für unser gesundes Sein und Tun in dieser unruhigen Welt.

Ätherische Öle, die Euch unterstützen können, werden wir erschnuppern und kennen lernen. Ihr macht Euch eine Liste mit Euren Lieblingsdüften und lernt Anwendungsweisen kennen.

Was Ihr mit nach Hause nehmt:

Einen eigenen Selbstfürsorge-Reminder, eure Lieblingsduftliste und einen Riechstift, den Ihr selbst erstellt habt.

DIE ELISABETH-KÜBLER-ROSS- AKADEMIE®

ist eine Akademie für Fort- und Weiterbildung in allen Bereichen der Hospizkultur, Palliative Care, Palliativmedizin und Trauerbegleitung. Sie bietet berufliche Weiterbildungen, Schulungen, Seminare, Inhouse-Fortbildungen und Fachtage für Menschen, die haupt- oder ehrenamtlich medizinisch, pflegerisch, therapeutisch oder begleitend tätig sind.



SELBSTFÜRSORGE

INFORMATION

ZIELGRUPPE

Alle, die in der (pädiatrischen) Palliative Care tätig sind und Ehrenamtliche (Max. 14 TN)

REFERENT*IN

Nina Bongartz

TERMIN

04. November 2025

UHRZEIT

15:00 – 18:15 Uhr

(4 Unterrichtseinheiten)

VERANSTALTER/ ORT

Elisabeth-Kübler-Ross-Akademie®

ANMELDUNG

über unsere Website

Kursgebühr: 80,00 €

ELISABETH-KÜBLER-ROSS-AKADEMIE®
für Bildung und Forschung*

Leitung

Susanne Haller

Sekretariat

Gabi Weiß

Tel 0711 23741-811

akademie@hospiz-stuttgart.de

Adresse

Diemershaldenstraße 7 – 11
70184 Stuttgart

Online

elisabeth-kuebler-ross-akademie.de



HALTESTELLE

Eugensplatz



Buslinie 42



Stadtbahn U15

*Gefördert durch die Addy von Holtzbrinck Stiftung



Evangelische
Kirche
in Stuttgart