

**Weiterbildungsseminar**  
für  
**Freiwillige HelferInnen**  
in Alters- und Pflegeheimen  
Dauer ca. 3 1/2 Stunden  
z.B. 14.00 Uhr - 17.30 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 ?