

**Fach-Tagung für GPV-Mitglieder**  
**20. – 22. Oktober 2017 - Ort: Seminarraum in der evang.-luth. Kirchengemeinde**  
**86825 Bad Wörishofen, Lindenweg 8**

---

**Tagungsprogramm 2017**

**Tagungsmotto: Lebenskompetenz - Gesundheitskompetenz**

**Freitag, 20. Oktober 2017**

- 17.30 - 18.15 Uhr    **Ankommen - kleiner Imbiss – kollegialer Austausch**
- 18.15 - 18.30 Uhr    **Begrüßung**
- 18.30 - 20.30 Uhr    **Atem - Stimme - Präsenz**  
Referent: Christian Beier
- 20.30 - 21.00 Uhr    **Qi-Gong: Ruhe in der Bewegung - Bewegung in der Ruhe**  
Referentin: Maria Rück

**Samstag, 21. Oktober 2017**

- 09.00 - 10.45 Uhr    **Lebens- und Gesundheitskompetenz durch bewusste Lebensführung**  
Referent: Dr. Stefan von Löwensprung
- 10.45 - 11.00 Uhr    **P a u s e**
- 11.00 - 13.00 Uhr    **IST (Integratives SelbstregulationsTraining zur Gesunderhaltung)**  
Referent: Dr. Stefan von Löwensprung
- 13.00 - 14.00 Uhr    **M i t t a g s p a u s e**
- 14.00 - 15.00 Uhr    **Weleda: Unternehmensphilosophie und Produkte**  
Referent: Dr. Stefan von Löwensprung
- 15.00 - 16.00 Uhr    **Indian-Balance**  
Referentin: Jana Tröbner-Schmid
- 16.00 - 16.30 Uhr    **P a u s e**
- 16.30 Uhr            **M i t g l i e d e r v e r s a m m l u n g**  
(Tagesordnung kommt mit dem September-Rundbrief)
- ab ca. 19.00 Uhr    **gemeinsames Beisammensein, im Neubrand's Stüble**

**Sonntag, 22. Oktober 2017**

- 09.00 - 09.15 Uhr    **Einstimmung**
- 09.15 - 10.15 Uhr    **Workshop: Gekonnt Kurse ausschreiben**  
Referentin: Elisabeth Hettich
- 10.15- 11.00 Uhr    **Steuerliches, Versicherungen und Tipps**  
Referentin: Maria Rück
- 11.00 - 12.00 Uhr    **Berichte aus der Praxis und Aktuelles von Mitgliedern für Mitglieder**

**Erläuterungen** zu den Tagungsthemen auf der Rückseite!  
Änderungen vorbehalten!

## **Erläuterungen zu den Tagungsthemen**

### **Atem - Stimme - Präsenz**

Für alle, die ihr Auftreten, ihre Stimme, ihren Atem und ihre Präsenz verbessern möchten - egal ob im Beruf oder privat. Erweitern Sie das Potential Ihrer Stimme und Körpersprache und steigern Sie Ihre Präsenz im Kontakt mit anderen, durch selbstbewusstes Auftreten im Einklang mit Körper und Atem. Trainiert werden: Stimme, Stimmsitz und Artikulation, richtige Atmung, kraftvolles, entspanntes Sprechen ohne Heiserkeit, Grundlagen der Schauspielarbeit. Der persönliche Auftritt wird verbessert und die eigenen Handlungs- und Aktionsspielräume werden erweitert.

Referent: Christian Beier, Schauspieler/ Tanz- und Theaterpädagoge

### **Qi-Gong: Ruhe in der Bewegung - Bewegung in der Ruhe**

Die meditativen Bewegungen beruhigen und zentrieren den Geist; der natürliche Atem und die Lebenskraft - Chi - kommen in Fluss.

Referentin: Maria Rück, Qi-Gong-T'ai-Chi-Lehrerin

### **Lebens- und Gesundheitskompetenz durch bewusste Lebensführung**

Die Veränderungen im Gesundheitssystem erfordern, dass jeder selbst immer mehr für seine Gesundheit übernehmen sollte, mit dem Ziel, vermeidbare Erkrankungen zu verhindern. Wie können Gesundheit und Gesundheitsprozesse im Organismus gezielt gefördert und unterstützt werden? Das erfordert einen Bewusstseinswandel, dessen Vordenker bereits Sebastian Kneipp war. Gesundheit und Gesunderhaltung ist ein dem Bewusstsein zugänglicher, aktiver Prozess. Gesunderhaltung ist lernbar, eine „Gesundheitsschule“ eine Notwendigkeit unserer Zeit. Hier möchte der Vortrag konkrete Anregungen geben.

Referent: Dr. Stefan von Löwensprung Referent: Arzt in med. Wiss. Abteilung der Weleda AG, Schwäbisch Gmünd, Ehrenamtlicher Leiter des BDH-Arbeitskreises Anthroposophische Medizin, Dozent für Fort- und Weiterbildung für Heilpraktiker im Bereich Anthroposophische Medizin, Autor

### **IST (Integratives Selbstregulations-Training) Referent: Dr. Stefan von Löwensprung**

Dieses „Trainingsprogramm“ ist Ergebnis einer Langzeitbeobachtung/Dokumentation von Patienten, die an Krebs erkrankt waren. Neben der medikamentösen Behandlung wurden Faktoren der Lebensführung, der inneren Haltung (Grundüberzeugungen), der mentalen und emotionalen Verarbeitung der Erkrankung etc. untersucht und dokumentiert und dann mit dem Krankheitsverlauf in Beziehung gesetzt. So konnten Faktoren identifiziert werden, die letztlich zu einer besseren Prognose beitragen. Diese wurden in einen Fragebogen und ein Trainings-programm umgesetzt, dass nun – auch unabhängig von einer Tumorerkrankung – eingesetzt werden kann, um die Salutogenese (= Gesundheitsentstehung) zu unterstützen. Dieses Programm kann zur Diagnose und Überprüfung des Gesundheitspotentials eingesetzt werden. Im Seminar werden die Elemente des Programms und ihr Einsatz erarbeitet.

### **Weleda AG – Unternehmensphilosophie und Produkte Referent: Dr. Stefan von Löwensprung**

Die Weleda AG ist 1921 gegründet worden im Zusammenhang mit der Entstehung der Anthroposophischen Medizin, die in Deutschland neben der Homöopathie und der Phytotherapie als „besondere Therapierichtung“ im SGB V verankert ist. Die Weleda AG ist vor allem bekannt durch die Körperpflege bzw. Naturkosmetik, stellt aber auch ein differenziertes großes Arzneimittelsortiment für die Anthroposophische Medizin zur Verfügung und ist bestrebt, nachhaltig zu wirtschaften.

In diesem Beitrag wird ein Einblick in die Unternehmensziele und die heutigen Herausforderungen in dem sich wandelnden Gesundheitssystem vermittelt.

### **Indian-Balance**

Indian Balance® bringt Körper und Seele in Einklang. Begleitet von indigenen Klängen werden Rücken, Bauch, Beine und Po sanft aber sehr effektiv trainiert. Durch die fließenden Übungsabläufe werden neue Energien freigesetzt, die Sinne aktiviert und das Wohlbefinden gesteigert. Im Zentrum dieser Bewegungslehre stehen die Kahuna-Atemtechnik und das Erlernen von Entspannung und Achtsamkeit.

Referentin: Jana Tröbner-Schmid, Gesundheitspädagogin SKA, Entspannungstrainerin SKA Indian Balance®-Basic-Instructor SKA

### **Workshop: Gekonnt Kurse ausschreiben**

Ein Workshop zum Thema: „Wie erreiche ich meine zukünftigen Teilnehmer“ - in gedruckter Form z.B. auf Flyer oder auf der eigenen Website oder auch in facebook.

Referentin: Elisabeth Hettich, Gesundheitspädagogin SKA, Autorin

### **Steuerliches, Versicherungen und Tipps**

Es werden Informationen vermittelt, die sich bei der Aufnahme oder Ausführung einer unterrichtenden Tätigkeit ergeben - vor allem dann, wenn diese selbständig ausgeführt wird.

Referentin: Maria Rück, GPV-Vorsitzende, Referentin in der Erwachsenenbildung