

# Fortbildung

08.12.2025 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

## **Musikalische Entspannungsangebote**

Die entspannende Wirkung von Klang- und Körperinstrumenten

Für eine Vielzahl von Menschen sind Entspannungsangebote von großer Bedeutung - unabhängig von Alter und gesundheitlichem Zustand fördern Sie den Einklang von Körper, Geist und Seele und tragen zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Menschen mit demenziellen und/oder multimorbidem Erkrankungen leiden zusätzlich zu den körperlichen Beschwerden häufig an Verspannungs- und Erregungszuständen, die sie nicht selbst regulieren können. Entspannungsfördernde Angebote sind wirksame Maßnahmen, um beispielsweise die Atmung und das Herz-Kreislauf-System zu stabilisieren sowie einen erhöhten Muskeltonus zu reduzieren. Geschieht dies auf klanglichem Weg, erfährt die betroffene Person eine besonders achtsame Art der Zuwendung, die keine Sprache benötigt, aber körperlich intensiv spür- und erlebbar ist.

Bitte bringen Sie eine Isomatte mit.

### **Inhalt**

- Theoretischer Teil: Vorstellung der verschiedenen Entspannungsinstrumente und Vermittlung von Hintergrundwissen, Charakteristika bezüglich Bau und Wirkungsspektrum, Überblick über die verschiedenen Einsatzbereiche und -möglichkeiten
- Praktischer Teil: Erlernen und Anwenden der Spieltechniken, Selbsterfahrung und Achtsamkeit

### **Kompetenzen**

Am Ende der Fortbildung ...

- kennen Sie theoretische Grundlagen und praktische Einsatzmöglichkeiten von Entspannungsinstrumenten.
- können Sie gelernte Inhalte in die Praxis übertragen und die verschiedenen Entspannungsinstrumente einsetzen.
- können Sie den Einsatz von Entspannungsinstrumenten vor dem Hintergrund ihrer therapeutischen Wirkweise hinterfragen und reflektieren.
- sind Sie sensibilisiert für die Wahrnehmung von Signalen Ihres Gegenübers und setzen Entspannungsinstrumente achtsam ein.

### **Zielgruppe**

Betreuungskräfte gemäß § 53b SGB XI

**Referent\*in**

Eva-Maria Holzinger, Musiktherapeutin (M.A.)

**Ort**

Caritas-Haus Augsburg, Auf dem Kreuz 41, 86152 Augsburg, Tel. 0821 3156-0

**Kosten**

175,00 Euro inklusive e-Skripte, Tagungstränke und Mittagessen

**Zielgruppe:****Termin:**

08.12.2025 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**Ansprechpartner:**

Katrin Bader (fortbildung@caritas-augsburg.de, +49 (821) 3156-236)

Stefanie Zeitlmeir (fortbildung@caritas-augsburg.de, +49 (821) 3156-252)

**Veranstaltungsnummer:**

P23925