

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Akademie Barbara Stamm bietet „Seminare, Workshops & mehr...“ für **Beschäftigte in Pflege- und Sozialberufen und für pflegende Angehörige und Menschen im Ehrenamt** an.

Am **27.-29. März 2026** bieten wir bereits zum 3. Mal unsere **Auszeit für Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung** an. Der Titel lautet „**FREI-Zeit für mich**“.

Was erwartet die Teilnehmenden?

- Stärkung von Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge durch Achtsamkeitsübungen und gezielte Entspannungseinheiten
- Erlernen hilfreicher Kommunikationsstrategien im Umgang mit psychisch erkrankten Angehörigen
- Begegnung Austausch auf Augenhöhe mit anderen Betroffenen
- Professionelle Anleitung durch eine erfahrene und praxisnahe Dozentin.

Nach dem Seminar...

- ...haben Sie wirksame Strategien zur Vorbeugung von Burnout und Erschöpfung kennengelernt
- ...sind Sie mit dem nötigen Wissen ausgestattet, um sicherer und verständnisvoller mit Ihrem psychisch erkrankten Angehörigen umzugehen

Mehr Details und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie [hier](#).

Die Seminargebühr beträgt 295,00 Euro und beinhaltet alle Seminarkosten inkl. Verpflegung.

Unser komplettes Programm für Privatpersonen können Sie [hier](#) entdecken.

Gerne können Sie die Broschüre auch herunterladen: <https://akademie-barbara-stamm.de/seminarbrochuere-2026-steht-zum-download-bereit-8855925/>

Möchten Sie lieber gedruckte Broschüren haben? Bitte senden Sie Ihre Anfrage an:

bildungsmanagement@akademie-barbara-stamm.de

Unser komplettes Angebot für Beschäftigte in Pflege- und Sozialberufe und Privatpersonen finden Sie hier: www.akademie-barbara-stamm.de

Wir freuen uns auf Ihre Nachricht.

Liebe Grüße aus Maria Bildhausen



Christiane Wörner | Akademie Barbara Stamm
Bildungsmanagerin

t: 09733 53799-62

e: woerner@akademie-barbara-stamm.de | w: www.akademie-barbara-stamm.com

a: Maria Bildhausen 3, 97702 Münnerstadt



Akademie Barbara Stamm - Eine Marke der "Zentrum für Pflege, Sozialberufe und Ehrenamt in Maria Bildhausen gGmbH"
Geschäftsführung: Rüdiger Heining, Cordula Kuhlmann | Vorsitzender der Gesellschafterversammlung: Landrat Thomas Bold
HRB 8909 Amtsgericht Schweinfurt | Sitz der Gesellschaft: Münnerstadt, Maria Bildhausen



