

TRAUMAHILFE NETZWERK
Augsburg & Schwaben e.V.
Stenglinstr. 7
86156 Augsburg

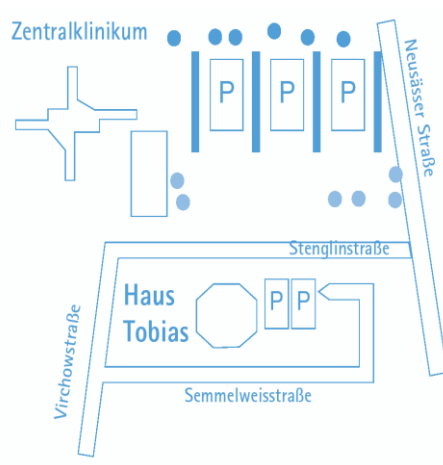
TRAUMAHILFE NETZWERK
Augsburg & Schwaben e.V.
im Haus Tobias
Stenglinstraße 7
86156 Augsburg
Tel.: 0821/44409484
Fax: 0821/44096-40
E-Mail: info@traumahilfe-augsburg.de

Wegbeschreibung

Das Haus Tobias erreichen Sie

- per Straßenbahn:
Vom Hauptbahnhof zu Fuß (10 Min) zum Königsplatz;
mit der Linie 2
Richtung Augsburg P+R West und Stadtbergen;
Haltestelle Stenglinstraße (Dauer ca. 30 Min.).
- per Bus:
Vom Hauptbahnhof mit der Linie 32 direkt zum
Zentralklinikum (Fahrzeit etwa 20 Minuten).
- per PKW:
Bitte folgen Sie den Schildern „Klinikum“ bzw.
Zentralklinikum.

Der Parkplatz **Haus Tobias** ist über die Semmelweisstraße
erreichbar (siehe Plan).



TRAUMAHILFE

AUGSBURG **NETZWERK** SCHWABEN

Zapchen Somatics

oder

Wie der Körper zum Freund werden kann

am Samstag, 23. September 2017

Eine Einführung für alle,
die mit Traumatisierten Menschen (auch
Kindern) arbeiten.

Referentin

Dr. Ulrike Wichtmann

Ärztin für Psychosomatische Medizin,
Psychoanalyse, Ärztin für Anästhesie und Inten-
sivmedizin,
von Julie Henderson autorisierte Lehrerin in
Zapchen *somatics*

Zapchen Somatics – oder –

Wie der Körper zum Freund werden kann?

Eine Einführung für alle, die mit Traumatisierten (auch Kindern) arbeiten

Dass traumatische Erlebnisse Auswirkungen auf das Nervensystem und den Körper haben, wissen und erfahren nicht nur traumatisierte Menschen, sondern auch die, die mit ihnen arbeiten – manchmal auch am eigenen Leib. Von Bauch- bis Kopfschmerzen, von apathischen bis übererregten Zuständen und emotionalem wie körperlichem Unwohlsein können diese unwillkürlichen Symptome das Leben für Betroffene zur Hölle machen und hilflose Helfer zurücklassen.

Zapchen *somatics*, eine besondere Form von Körperarbeit, wurde von Dr. Julie Henderson (USA) entwickelt. Zapchen *somatics* basiert sowohl auf westlichen Psycho- und Körpertherapien, als auch auf den Übungsmethoden des tibetanischen Vajrayana Buddhismus. Diese Verbindung ermöglicht die rasche neurochemische Neustrukturierung, eine erfahrbare Veränderung in unserem körperlichen und psychischen Zustand. Dies erleben wir als spontane Freude, Stille und Mitgefühl sowie Kraft und Kreativität. Zapchen *somatics* ist für Menschen jeden Alters geeignet. Die Methode wird seit Jahren auch erfolgreich zur Stabilisierung von Menschen mit Traumafolgestörungen in der Klinik für Psychosomatische Medizin in Bielefeld angewandt.

Inhalte:

- Verständnis über die Zusammenhänge von Befindlichkeit und Körpererleben
- Übungen, Haltungen und Intervention für Wohlbefinden
- Integrationsmöglichkeiten in der pädagogischen und therapeutischen Arbeit

Literatur:

Julie Henderson: „Embodying Well-Being“, AJZ Verlag, Bielefeld 2001 (deutsch-englisch)

Julie Henderson: „Erweckung des Inneren Geliebten“, AJZ Verlag, Bielefeld 2006

Zielgruppe:

Helfende Berufe, die mit traumatisierten Menschen arbeiten und über Trauma-Grundlagenkenntnisse verfügen.

Mitzubringen sind:

bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke, sowie alles, was das Wohlbefinden unterstützt!

Wann:

Samstag, 23. September, 9:30 – 17:00 (8 UE)

Wo:

Haus Tobias
Stenglinstr. 7
86156 Augsburg

Kosten:

Normalpreis	€ 135,00
Frühbucher (bis 30.6.17)	€ 125,00
Mitglieder im Traumahilfe Netzwerk: (incl. Kursunterlagen und Pausenverpflegung)	€ 115,00

Verbindliche Anmeldung

bis spätestens 11.09.2017

unter Angabe der Daten laut Anmeldeformular

- per eMail an:
info@traumahilfe-augsburg.de
- schriftlich an das Traumahilfe Netzwerk

Nach Erhalt der Anmeldebestätigung überweisen Sie die Teilnahmegebühr bitte auf unser Konto bei der Liga Bank Augsburg:

IBAN: DE18 7509 0300 0000 2520 00

BIC: GENODEF1M05.

Bitte vermerken Sie im Verwendungszweck **2017-09** und den „**Teilnehmernamen**“.

Die Anmeldung ist verbindlich nach Erhalt der Anmeldebestätigung. Bei Rücktritt bis zum 25.08.2017 wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 30 € einbehalten, bei späterer Abmeldung ist keine Rückerstattung möglich, es sei denn, jemand kann von der Warteliste nachrücken.

Anmeldung

bis spätestens 11.09.2017

Ich melde mich für den Kurs **2017-09** (Zapchen Somatics) verbindlich an:

Name, Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____

eMail: _____

Ausbildung/berufliche Tätigkeit: _____

Arbeitsstätte: _____

Trauma-Grundlagenkenntnisse: _____

Datum, Unterschrift