

# Kursangebote 2026 der Klinik Höhenried



**Klinik** Höhenried

## Kursangebote 2026

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitarbeitende,

mit großer Zuversicht blicken wir auf das Jahr 2026 und die Möglichkeiten, die uns die Fortbildungsakademie bietet.

Als Höhenrieder Familie ist es uns eine Herzensangelegenheit, Ihnen nicht nur traditionelles Wissen und Werte zu vermitteln, sondern auch Werkzeuge und Inspiration zu bieten, die es Ihnen ermöglichen, in einer dynamischen und sich ständig verändernden Welt erfolgreich zu sein.

Unsere Fortbildungsakademie steht im Zeichen von Wachstum, Zusammenhalt und Verantwortung – Werte, die uns als Höhenrieder Familie stets begleitet haben.

Seit jeher sind wir davon überzeugt, dass wahre Stärke im kontinuierlichen Lernen und in der gemeinsamen Weiterentwicklung liegt.

Genau dieses Prinzip möchten wir Ihnen in der Fortbildungsakademie näherbringen.

Mit unseren vielfältigen Fortbildungsangeboten bieten wir Ihnen praxisorientierte Programme, die nicht nur Ihr Wissen erweitern, sondern Sie als Individuen und als Teil unserer großen Höhenrieder Familie stärken.

Mein besonderer Dank geht an das Fortbildungsteam sowie an alle Kolleg\*innen, die mit viel Mühe und Kreativität zum guten Gelingen des Fortbildungsprogramms beitragen.

Da es sich bei den angegebenen Fortbildungen nicht um Pflichtveranstaltungen handelt, ist die Teilnahme freiwillig und in der Regel kostenlos. Außerdem finden die Kurse außerhalb Ihrer Arbeitszeit statt.

Viel Freude und Erfolg bei Ihrer Fortbildung.

Ihr

Robert Zucker

## Kursangebote 2026

Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen,

mit großer Freude möchten wir Ihnen das neue Fortbildungsheft für das Jahr 2026 überreichen.

Die Fortbildungsakademie ist mehr als ein Ort des Lernens – sie ist Raum für Begegnung.

Wir freuen uns, wenn Sie auch in diesem Jahr genauso zahlreich am Fortbildungsprogramm teilnehmen wie die letzten Jahre und sich die Zeit für das Erlernen neuer Dinge und Begegnungen nehmen.

Hervorzuheben ist der gut besuchte Deutschkurs, den wir für unsere Mitarbeiter\*innen im letzten Jahr organisiert haben. Aufgrund der tollen Lernerfolge und der motivierten Teilnehmer\*innen wird der Kurs auch in diesem Jahr weiter fortgeführt. Die Gruppe bleibt wie im Vorjahr bestehen, weswegen wir den Kurs in diesem Fortbildungsprogramm nicht gesondert bewerben.

Ein herzlicher Dank geht an unseren Geschäftsführer, Herrn Robert Zucker, für sein uneingeschränktes Vertrauen und die großzügige Unterstützung bei Finanzierung und Planung der einzelnen Kurse. Ohne sein Zuvorkommen wäre die Umsetzung des Fortbildungsprogramms in dieser Art und Weise nicht möglich.

Die Anmeldung zu den einzelnen Kursen erfolgt unter der E-Mail-Adresse

➔ [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de) oder direkt bei Kathrin Karau oder Daniel Tison.

Die Kurse werden in der Regel bis zur maximalen Teilnehmerzahl nach dem Zeitpunkt der Anmeldung belegt. Die nachfolgenden Anmeldungen kommen auf eine Warteliste.

Wir informieren Sie rechtzeitig, falls ein Platz frei werden sollte. **Bei Nichtteilnahme melden Sie sich bitte unbedingt ab.** Dann können Teilnehmer\*innen von der Warteliste nachrücken und sich die Referenten\*innen und weitere Beteiligte zur Kursgestaltung auf die Anzahl der Teilnehmenden einstellen.

Alle Details zu den Kursen wie Daten, Wochentage, Anmeldekonditionen, etc. entnehmen Sie bitte den einzelnen Kursbeschreibungen.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung.

Viel Spaß bei Ihren Fortbildungen wünscht das Fortbildungsteam „ForeVer“

Kathrin Karau, Dörte Steenbeck, Maria Friedl und Daniel Tison

## Kursangebote 2026

### Betriebssport Volleyball

Volleyball-Spiel je nach Spieleranzahl auf Klein- oder Standardspielfeld. Spaß an der Bewegung und soziale Interaktion stehen im Vordergrund, auch wenn natürlich der Ehrgeiz auch mal einen Satz zu gewinnen durchaus legitim ist. Gespielt wird nach den international gültigen Regeln, mit kleinen Abstrichen die den technischen Fähigkeiten der Mitspieler entsprechen.

**Kursleitung/Referentin:** Basti Binder (Sporttherapeut MTT Orthopädie)

**Zielgruppe/Teilnehmer:** alle interessierten und motivierten Mitarbeiter\*innen der Klinik, die Spaß am Sport haben und den sozialen Aspekt eines Mannschaftssports zu schätzen wissen.

**Teilnahmevoraussetzung:** keine sportartspezifischen Kenntnisse erforderlich, aber natürlich erlaubt

**Termine:** jeden Dienstag (außer an Feiertagen). In den Sommerferienwochen wird wöchentlich nach Anwesenheit entschieden ob gespielt wird oder nicht.

**Kurszeit:** 17.00 – 18.30 Uhr

**Kursort:** Turnhalle Z3

**Unterrichtsmaterial:** bitte geeignete Hallensportschuhe und ggf. Knieschoner mitbringen

**Kosten:** keine

#### Informationen

#### und Anmeldung:

Basti Binder (Sporttherapeut MTT Orthopädie).

Oder einfach an einem Dienstag um 17.00 Uhr vorbeischauen, eine Voranmeldung ist wünschenswert, aber nicht zwingend erforderlich.

# Kursangebote 2026

## Personalgymnastik

Bewegung von Kopf bis Fuß

-Mobilisation, Stabilisation, Kräftigung

-Gleichgewichts Training

-Wirbelsäulen Gymnastik

-Entspannung

Im Sommer: Nordic Walking (es erfolgt eine kurze Einweisung)

**Kursleitung/Referentin:** Karin Günther, in Vertretung Mitarbeiter\*innen der Bewegungstherapie

**Zielgruppe/Teilnehmer:** alle interessierten und motivierten Mitarbeiter\*innen der Klinik

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termine:** jeden Dienstag, Start 13.01.2026

**Kurszeit:** 16.35 – 17.30 Uhr

**Kursort:** Gymnastikraum ZE.064, im Sommer im Freien

**Unterrichtsmaterial:** Bitte für die Gymnastikhallen Turnschuhe und ein Handtuch mitbringen  
Nordic Walking Leihstücke stehen zur Verfügung

**Kosten:** keine

**Informationen und Anmeldung:** Frau Karin Günther, über E-Mail: [guenther-karin@hoehenried.de](mailto:guenther-karin@hoehenried.de)  
Sollte die Gymnastik ausfallen, erfolgt ein entsprechender Aushang am Raum ZE.064

## Kursangebote 2026

### Interdisziplinäre Balintgruppe

Der ungarische Psychoanalytiker Michael Balint (1896-1970) entwickelte in den 1950er Jahren eine neue Methode der Intervision, welche die professionelle Beziehung zum Patienten in den Mittelpunkt der Betrachtung stellt. Hausärzte fanden sich in Gruppen zusammen und erzählten sich unter der Moderation des Balintgruppenleiters gegenseitig nach einer vorgegebenen Struktur ihre Schwierigkeiten im Kontakt mit einzelnen Patienten. Die Methode wurde so erfolgreich, dass es heute in vielen Ländern Balint Gesellschaften gibt und Balintgruppen in der Ausbildung mehrerer Gesundheitsberufe praktiziert oder gar vorgeschrieben sind. Aber auch Fortgeschrittene profitieren von Balintgruppen durch die Identifizierung eigener „blinder Flecken“ die von der Gruppe in wertschätzender Art und Weise gespiegelt werden können. Das Einbringen eigener „Fälle“ bleibt dabei immer freiwillig. Bei Interesse an einer längerfristigen Teilnahme besteht die Möglichkeit, nach Ablauf der vorgesehenen 3 Termine eine fortlaufende Gruppe zu installieren. Ärztliche Kolleginnen und Kollegen könnten die Teilnahme daran von der BLAEK z. B. als Teil der psychosomatischen Grundversorgung anerkennen lassen.

**Kursleitung/Referent:** Dr. Daniel Gerlach, Ltd. Oberarzt Psychosomatik

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Mitglied eines Behandlungs- oder Beratungsteams sind und direkten Patientenkontakt haben  
max. 12 TeilnehmerInnen

**Teilnahmevoraussetzung:** Interesse an der Balint-Methode

**Termine:** Mo 19.01.; Di 10.02.; Mi. 18.03., Mo 13.04.2026  
Eine Anmeldung ist auch für einzelne Termine möglich!

**Kurszeit:** jeweils 15.30 -17.30 Uhr

**Unterrichtseinheiten:** insgesamt 8 x 60 Min.

**Kursort:** Schloss Höhenried

**Unterrichtsmaterial:** wird nicht benötigt

**Kosten:** keine

**Weitere Informationen:** Daniel Gerlach

**Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700)  
oder Daniel Tison (31900)

## Kursangebote 2026

## Die Kohlezeichnung - eine Begegnung von Licht und Finsternis

Kunst geht an...

...ja, an wen oder was eigentlich?

**Erstens:**

**KEINE PANIK!** denn um etwas zu erfahren muss man es nicht schon können.

Zweitens:

**Das heißt;** Du kannst weder malen noch zeichnen - super  
Du kannst malen und zeichnen - super

Drittens:

**Was ich damit sagen will;** Das zeichnen mit Kohle und Knetgummi ist eine besondere Art der Erfahrung und Wahrnehmung von Licht, Finsternis und Raum. Und ich freue mich auf jeden der Lust hat sich darauf einzulassen.

**Kursleitung/Referentin:** Kirsten Luna Sonnemann, Kunsttherapeutin

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 12 Teilnehmer\*innen

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termin:** immer montags, 23.02., 2.03., 9.03., 16.03.2026

**Kurszeit:** 17.00 – 18.30 Uhr

**Kursort:** Kunsttherapieraum SII 015

Kosten: keine

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)

oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tisen (31900)

**Die Anmeldung ist verbindlich!**

**Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung**

## Kursangebote 2026

### Selbstverteidigungskurs

Es handelt sich um einen Selbstverteidigungskurs für jedermann. Egal ob Couchpotato oder Spitzensportler. Man benötigt keine Kondition und Kraft, noch muss man sehr gelenkig sein. Vermittelt werden einfache und leicht umsetzbare, aber auch sehr wirkungsvolle Techniken aus dem Kickboxen, Jiu Jitsu, Krav Maga und Aikido.

**Kursleitung/Referentin:** **Walter Oswald, zweiter Schwarzgurt in Jiu Jitsu und dritter Schwarzgurt in Kickboxen, ehemaliger Landestrainer von Bayern**

**Zielgruppe/Teilnehmer:** **Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik, max. 10 Teilnehmer\*innen**

**Teilnahmevoraussetzung:** **gesundheitliche Eignung**

**Termin:** **ab dem 26.02.2026 immer donnerstags, insgesamt 5 Termine**

**Kurszeit:** **17.00 – 18.00 Uhr**

**Kursort:** **Gymnastikraum ZE.064**

**Kosten:** **keine**

**Hinweise:** **Sportbekleidung**

**Informationen  
und Anmeldung:** **[fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)**

**oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)**

**Die Anmeldung ist verbindlich!**

**Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.**

## Kursangebote 2026

### **„Resilienz – und was es braucht, um gut durch Krisen und schwierige Zeiten zu kommen?“**

Eine „Krise“ jagt die nächste: privat, beruflich oder politisch. Die Anforderungen an den einzelnen erhöhen sich, real und subjektiv. Krisen scheinen heutzutage häufiger als früher aufzutreten. Was machen die Menschen daraus? Die einen ziehen sich zurück in ihre private Welt, andere wählen Parteien, die die vermeintlich „gute alte“ Zeit von gestern beschwören, andere kämpfen weiter allen Widrigkeiten zum Trotz. So oder so: viele sind erschöpft, müde, ausgepowert.

Kann das Resilienzkonzept helfen, einen gangbaren Weg zwischen Erschöpfung und Resignation zu finden?

Welche Punkte dabei hilfreich sein könnten, soll in dem Seminar bearbeitet und diskutiert werden.

**Kursleitung/Referentin:** Reinhard Weber, ehem. leitender Psychotherapeut

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik

**Termin:** 13.03.2026

**Kurszeit:** 15.15-18.15 Uhr

**Kursort:** Vortragssaal ZE.028

**Kosten:** keine

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)

oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)

Die Anmeldung ist verbindlich!

Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

## Kursangebote 2026

### Mit Qigong in den Feierabend

Ähnlich wie Yoga oder Taekwon-Do ist Qigong eine östliche Bewegungs- und Entspannungsform. Die teils dynamischen, teils ruhigen Übungen in diesem Kurs sind prima geeignet, um anschließend entspannt in den Feierabend zu gehen.

**Kursleitung/Referentin:** Lisa Ruzicka ist zertifizierte Qigong-Lehrerin und Dozentin und bietet seit rund 15 Jahren Kurse, Seminare und Weiterbildungen im Bereich Qigong an.

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 20 Teilnehmer\*innen

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termine:** ab dem 18.03.2026 immer mittwochs, insgesamt 8 Termine

**Kurszeit:** 17.00 – 18.30 Uhr

**Kursort:** Gymnastikraum ZE.064

**Kosten:** keine

**Hinweise:** Bequeme Kleidung sowie Schuhe für drinnen und draußen, ggf. Getränk

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)  
Die Anmeldung ist verbindlich!  
Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

# Kursangebote 2026

## Nudelworkshop

Lerne selbst, wie man einfach gemusterte und farbige Nudeln gestaltet. Das Ganze natürlich so, dass es zu Hause nachgemacht werden kann. Der Wow-Effekt ist garantiert.

Gemeinsam kneten wir Nudelteige in allen Farben des Regenbogens und bringen diese anschließend in Form. Da die Natur uns alle Farben schenkt, werden die Teige ausschließlich mit Gewürzen, Gemüse und Superfoods eingefärbt. Neben Regenbogen Nudeln werden wir gemeinsam ein eigenes Teigmuster erarbeiten. Mit den hieraus hergestellten Teigbahnen versuchen wir uns an verschiedene Traditionelle Nudelformen wie z.B. Farfalle, Garganelli, Sopressini oder Corzetti. Ganz nebenbei lernst du allerhand über Rohstoffe, Teigherstellung sowie frische und getrocknete Nudeln. Die selbstgefertigten Nudelkunstwerke darf jede/r Teilnehmer\*in natürlich mit nach Hause nehmen und dort genießen.

**Kursleitung/Referentin:** **Melissa Honold**

Hotelfachfrau (Deutschland, Paris, China, Vietnam, Malediven, Marokko, Portugal)  
Betreibt seit 2024 das **INO Genussatelier** - Manufaktur für handgemachte Nudeln, Bernried

**Zielgruppe/Teilnehmer:** **Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 8 Teilnehmer\*innen**

**Teilnahmevoraussetzung:** **keine**

**Termin:** **20.03.2026 oder 23.10.2026**

**Kurszeit:** **15.15 – 18.15 Uhr**

**Kursort:** **Lehrküche, HU.025**

**Kosten:** **keine**

**Hinweise:** **Bitte bringen Sie Boxen für Ihre Nudeln mit.  
Lange Haare müssen wegen der Maschinen zusammengebunden werden!**

**Informationen  
und Anmeldung:** **[fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)**

**oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)**

**Die Anmeldung ist verbindlich!**

**Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.**

## Kursangebote 2026

### Gehölze schneiden und pflegen

Pflegehinweise und Schnittmaßnahmen mit Gehölzen

**Kursleitung/Referentin:** Johann Falter, Parkleiter

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termin:** 26.3.2026

**Kurszeit:** 16.30 – 18.00 Uhr

**Kursort:** Treffpunkt am Schlosseingang

**Kosten:** keine

**Hinweise:** Festes Schuhwerk und passende Kleidung,  
Bitte eigene Gartenschere mitbringen

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)  
Die Anmeldung ist verbindlich!  
Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

## Kursangebote 2026

### Führung durch den Klinikpark

- Ein Rundgang durch einen begrenzten Teil im Park
- Erläuterungen zu der Artenvielfalt im Park
- der alte Baumbestand
- Ursprung, Geschichte, Gestaltung
- Naturschutz und ökologische Betrachtung

**Kursleitung/Referentin:** Johann Falter, Parkleiter

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termin:** 23.04.2026

**Kurszeit:** 16.30 – 18.00 Uhr

**Kursort:** Treffpunkt am Schlosseingang

**Kosten:** keine

**Hinweise:** Festes Schuhwerk und passende Kleidung

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)

oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)

Die Anmeldung ist verbindlich!

Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.



## Kursangebote 2026

### 13. Königsdorfer Lebenslauf

Beim Königsdorfer Lebenslauf handelt es sich um einen Wohltätigkeitslauf der sich für Menschen mit Leukämie- und Krebserkrankungen einsetzt. Bei diesem Lauf geht es um keinerlei sportliche Leistung, sondern nur um das gemeinsame Bewegen für einen guten Zweck. Dabei kann man die Runde von einem Kilometer gehen, walken oder laufen. Auch die Anzahl der Runden ist beliebig. Also ein Lauf für Jedermann der sich sozial engagieren möchte, gerne gemeinsam aktiv ist oder sich einfach nur für das Thema interessiert. Rund um das Vereinsheim erwartet Teilnehmer und Zuschauer außerdem ein schönes Rahmenprogramm mit Informationen und Unterhaltung zu den Themen Sport und Gesundheit. So besteht z. B. die Möglichkeit, sich bei der Aktion Knochenmarksspende Bayern als freiwilliger Blutstammzellspender typisieren zu lassen.

Für Kinder gibt es eine Erlebnisrunde und einen Spielbereich mit verschiedenen Angeboten. Nach der Siegerehrung sind alle Besucher zu einer After-Run-Party eingeladen.

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik und deren Angehörige, bzw. jeder der sich zutraut, eine Runde (1 km) zu Fuß zurück zu legen, kann am Lauf teilnehmen. Wie schnell gegangen oder gelaufen wird ist egal. Zuschauer sind ebenfalls herzlich willkommen.

**Termine:** Samstag, 9.05.2026

**Voraussichtlicher Ablauf:** Ab 13.00 Uhr Ausgabe der Startnummern beim Vereinsheim des TSV Königsdorf  
Ab 14.30 Uhr Start, wobei bis 17:00 Uhr jederzeit gestartet werden kann  
17.30 Uhr Lauf-Ende  
Ab 18.00 Uhr Siegerehrung  
Nach der Siegerehrung After-Run-Party

**Kursort:** Sportplatz Königsdorf

**Hinweise:** Dusch- und Umkleidemöglichkeiten sind vor Ort vorhanden.

**Kosten:** keine

**Informationen und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)

## Kursangebote 2026

### Einführung in den Calisthenics Park

Der Begriff "Calisthenics" stammt aus dem Griechischen und bedeutet übersetzt so viel wie „schöne Kraft“. Im Gegensatz zum reinen Kraftraining mit Gewichten geht es hier um ein Training mit dem eigenen Körpergewicht. Durch das funktionelle Training ganzer Muskelketten gestaltet sich das Training äußerst effektiv.

Sie lernen bei dem Kurs Übungen für alle großen Muskelgruppen, immer in einer leichten, mittelschweren und schweren Ausführung. Somit eignet sich der Kurs sowohl für absolute Anfänger als auch für Fortgeschrittene.

**Kursleitung/Referentin:** Simon Heckl, Physiotherapeut

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 20 Teilnehmer\*innen

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termine:** Donnerstag 21.05.2026

**Kurszeit:** 16.40 – 17.40 Uhr

**Kursort:** Calisthenics Park (nach Seeausgang links)

**Kosten:** keine

**Hinweise:** Sportkleidung

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)  
Die Anmeldung ist verbindlich!  
Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.



# BEACH VOLLEYBALL

## SPAßTURNIER

Auf dem neuen Beachvolleyballfeld  
der Klinik Höhenried

23. Juni 2026 - ab 16:30 Uhr

4 v 4  
Klinik Höhenried vs andere Kliniken

Anmeldung per Mail an: [ther.mtt@hoehenried.de](mailto:ther.mtt@hoehenried.de)  
oder per Telefon unter: 08158 24 62043

## Kursangebote 2026

### **„Lieber früher als später kritische Situationen im Vorfeld erkennen und entschärfen“**

Problematische Situationen schaukeln sich oft erst eine Weile auf, bevor sie in ihrer Dynamik richtig deutlich werden. Je länger sie schwelen, umso schwieriger lassen sie sich später bewältigen und umso mehr Aufwand und Einsatz erfordern sie dann.

Frühzeitiges Erkennen kann helfen, sie bereits in einem beginnenden Stadium zu entschärfen. Dadurch können emotionale, zeitliche und ggf. auch finanzielle Ressourcen „gespart“ werden.

Das Seminar wird sich mit den Vorboten eskalierender Situationen beschäftigen und mögliche Umgangsweisen damit behandeln.

**Kursleitung/Referentin:** Reinhard Weber, ehemaliger leitender Psychotherapeut

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik  
max. 20 Teilnehmer\*innen

**Termin:** 16.10.2026

**Kurszeit:** 15.15-18.15 Uhr

**Kursort:** Vortragssaal, ZE.028

**Kosten:** keine

**Informationen und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)  
Die Anmeldung ist verbindlich!  
Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

## Kursangebote 2026

### **Yoga**

Im Yoga können durch Körperübungen (sog. Asanas) Muskulatur gekräftigt, Gelenkbeweglichkeit und Gleichgewicht verbessert werden.

Mit der Verknüpfung von Atmung und Übungen hat Yoga Einfluss auf die Stressreduktion und die Förderung von Achtsamkeit.

**Kursleitung/Referentin:** Dörte Steenbeck, Iyengarasanas Pudera Flexibilitäts-Flüsterin aus Bhopal Madhya Pradesh bei Torgau

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 12 Teilnehmer\*innen

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termin:** ab dem 05.11.2026 immer donnerstags, insgesamt 5 Termine

**Kurszeit:** 16.30 - 17.30 Uhr

**Kursort:** Gymnastikraum ZE.064

**Kosten:** keine

**Hinweise:** bequeme Kleidung

**Informationen  
und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)

oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)

Die Anmeldung ist verbindlich!

Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

## Kursangebote 2026

### Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung – ist das wirklich (jetzt schon) notwendig?

Welche Möglichkeiten der Vorsorge habe ich, sollte ich auf Grund von Unfall oder Krankheit meine Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln und organisieren können? Die Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung gehören zu den wichtigsten Möglichkeiten, um die eigene Selbstbestimmung zu bewahren.

Wir setzen uns mit folgenden Fragen auseinander:

Was ist eine Vorsorgevollmacht und eine Patientenverfügung genau?

Wofür brauche ich diese Regelungen und was passiert, wenn ich keine treffe?

Welche häufigen Fehler gilt es zu vermeiden?

**Kursleitung/Referentin:** Rebecca Schön, Leitung Sozialberatung

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termin:** 9.11.2026

**Kurszeit:** 16.45 – 18.15 Uhr

**Kursort:** Vortragssaal, ZE.028

**Kosten:** keine

**Hinweise:**

**Informationen und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)

oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)

Die Anmeldung ist verbindlich!

Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

## Kursangebote 2026

### Adventliche Kränze und Gestecke selber machen

Wie jedes Jahr im Advent gehören Kränze und Gestecke zum Schmuck für drinnen und draußen. Wer diese gerne selber bindet und gestaltet hat hier die Möglichkeit es in geselliger Runde mit kompetenter Unterstützung zu machen. Dabei ist es egal ob Anfänger\*in oder Fortgeschrittenen\*r.

Für die Grundmaterialien ist gesorgt, für den individuellen Geschmack bitte Binde- und Steckmaterial, eigene Kranzunterlagen, Schalen sowie Kerzen und Dekoration selber mitbringen.

**Kursleitung/Referentin:** Dörte Steenbeck und Maria Friedl

**Zielgruppe/Teilnehmer:** alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 12 Teilnehmer\*innen

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Termin:** Freitag, 20.11.2026

**Kurszeit:** 15.15 – max. 18.00 Uhr

**Kursort:** Schloss Höhenried, Bauernstube (UG)

**Unterrichtsmaterial:** Für Tannengrün und Bindedraht ist gesorgt...  
Bitte eigene Schalen, Kranzunterlagen und individuelles Steck- und Bindematerial mitbringen!  
Wenn vorhanden eine eigene Gartenschere und Heißklebepistole mitbringen.

**Kosten:** keine

**Informationen und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)  
Die Anmeldung ist verbindlich!  
Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.

## Kursangebote 2026

### Aromapflege - Grundlagenschulung

In zwei intensiven Schulungstagen lernen Sie die Grundlagen im Umgang mit ätherischen und fetten Ölen, sowie den Hydrolaten (Pflanzenwasser) kennen. Neben den Informationen gibt es sehr viel Duft und Fühlen beim Probieren auf der eigenen Haut. Zum Abschluss kann sich jeder Teilnehmer einen eigenen Körperöl mit nach Hause nehmen.

**Kursleitung/Referentin:** **Claudia Novotny,**  
ärztlich geprüfte Aromaexpertin, Pflegefachkraft

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik,  
max. 25 Teilnehmer\*innen

**Teilnahmevoraussetzung:** Keine

**Termin:** **27./ 28.11.2026**

**Kurszeit:** **Freitag von 15.15-19.15 Uhr**  
**Samstag von 8.30-17.00 Uhr**

**Kursort:** **Vortragssaal, ZE.028**

**Kosten:** **keine**

**Hinweise:** **Bitte eine Waschschüssel (für ein Fuß- oder Handbad) und ein Handtuch mitbringen**

**Informationen und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
**oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)**  
**Die Anmeldung ist verbindlich!**  
**Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.**

## Kursangebote 2026

### „Wie bleibt man bei Problemen im eigenen Ressourcenzustand?“

Die meisten Therapeut\*innen haben genügend Kompetenzen, Erfahrungen und Wissen um für viele Patient\*innen hilfreich zu sein. Dabei sind Therapeut\*innen immer dann am besten, wenn sie selbst Zugang zu den eigenen Fähigkeiten und Ressourcen haben. Im Alltag wird dies durch verschiedene Faktoren behindert. Das kann z. B. durch ungünstige Erwartungen an sich selbst oder an andere geschehen, das kann auch durch bestimmte Kommunikationsmuster der Patient\*innen passieren oder auch durch Gedanken, Vorstellungen oder äußere Bedingungen, die mit der Tätigkeit selbst wenig zu tun haben.

In dem Kurs wollen wir uns damit beschäftigen, was der Begriff des Ressourcenzustands eigentlich bedeutet und was alles hilfreich sein kann, um immer wieder in einen eigenen Ressourcenzustand zurück zu finden, wenn man ihn mal zu verlieren scheint.

**Kursleitung/Referentin:** Reinhard Weber, ehemaliger leitender Psychotherapeut

**Zielgruppe/Teilnehmer:** Alle interessierten Mitarbeiter\*innen der Klinik  
max. 20 Teilnehmer\*innen

**Termin:** 4.12.2026

**Kurszeit:** 15.15-18.15 Uhr

**Kursort:** Vortragssaal, ZE.028

**Kosten:** keine

**Informationen und Anmeldung:** [fortbildung@hoehenried.de](mailto:fortbildung@hoehenried.de)  
oder bei Kathrin Karau (32700) oder Daniel Tison (31900)  
Die Anmeldung ist verbindlich!  
Bei Nichtteilnahme bitten wir um Rückmeldung.