



## „Dem Prozess des Sterbens vertrauen.“ Kurs 2 Mit Vorstellung der Lymphbehandlung in der letzten Lebenszeit

Eine sanfte Möglichkeit in der Sterbebegleitung ist die Reflexzonenarbeit an den Füßen. Neben den **Ausgleichsgriffen** (nach Marquardt), ist die **Lymphbehandlung** an den Füßen eine Form der Berührung, die unterstützen kann, wenn die Hoffnung auf Genesung immer mehr schwindet. Lymphgriffe wirken harmonisierend bei seelischer Not, bei Ängsten und bei Unruhe, zudem sind sie psychisch stabilisierend. Sie wirken lösend bei Stagnation, wenn es scheinbar nicht mehr weitergeht. Auf körperlicher Ebene schaffen sie Erleichterung bei Ödemen, bei Schmerzen und Unwohlsein.

Die komplexe Lymphbehandlung ist in diesem Kurs bewusst vereinfacht. Dies ermöglicht SterbebegleiterInnen, auch ohne spezifischen medizinisch/therapeutischen Hintergrund, die Lymphstreichungen als wohltuende und effektive Form der Berührung zu erlernen.

Im Seminar werden wir unseren Focus auch auf Selbsterfahrung lenken: Wenn wir uns als Begleiter auf den Prozess des Sterbens einlassen, lernen wir, anzunehmen was unveränderbar ist. Aber wie geht es mir ganz persönlich mit dem Thema Sterben? Konfrontiert es mich mit eigenen Erinnerungen, Unsicherheiten oder Ängsten? Diesen Fragen wollen wir Raum geben. Bewusstes Wahrnehmen und Anerkennen was ist, wird Teil des Seminars sein. Das kann uns helfen, authentisch und mit Zuversicht am Bett von schwerkranken und sterbenden Menschen zu verweilen.

Das Seminar richtet sich an interessierte Menschen aus der Kranken- und Altenpflege, Palliativ Care, Hospizhelfer, Heilpraktiker, Therapeuten und Ärzte. Kenntnisse aus der Reflexzonenarbeit sind nicht erforderlich.

**Voraussetzung für diesen Kurs ist die Teilnahme an Kurs 1, „Liebevoller Berührung in ruhiger Präsenz am Lebensende“**

### Themen des Seminars:

- Selbsterfahrung - wie gehe ich ganz persönlich mit dem Thema Sterben um?
- Präsenz, Meditation und Stille schafft den Raum, der uns Begleitern guttut
- Einführung in das Lymphsystem
- Lymphstreichungen erlernen und üben
- immer wieder: die Berührung in einer präsenten Haltung
- Präsenz, Resilienz und Mitgefühl
- als HelferIn dem Prozess des Sterbens vertrauen.

Wir üben in einem hellen Seminarraum in einer ruhigen Atmosphäre an Massageliegen.

**Kurs:** „Dem Prozess des Sterbens vertrauen“  
Mit Vorstellung der Lymphbehandlung  
in der letzten Lebenszeit

**Ort:** 87459 Pfronten  
Adolf-Haff-Weg 23

**Leitung:** **Hanna Huber**  
Palliative Care Fachkraft  
Ausbildung in Reflexzonen-  
Therapie  
Meditationstrainerin



**Kosten:** 290 €

**Termin:** 29./30. Juni 2024  
Sa. 9.00 - 17.30 h  
So. 9.00 - 16.30 h

**Kontakt:** [hanna.huber@freenet.de](mailto:hanna.huber@freenet.de)  
[www.achtsam-da-sein.de](http://www.achtsam-da-sein.de)  
Telefon: 08363 5858