Sommerreihe 2026

„Die Kraft der Berührung“

veranstaltet vom empathie.haus Karlsruhe

Über die Sommerreihe

Im Juli, August und September 2026 veranstaltet das empathie.haus eine dreiteilige Sommerreihe unter dem Titel „Die Kraft der Berührung“.

Im Mittelpunkt steht die Bedeutung von Berührung, Körperarbeit und achtsamer Begleitung in unterschiedlichen Lebenssituationen.

Die drei Abende verbinden fachliche Impulse mit praktischen Erfahrungen und schaffen Raum für Austausch, Wahrnehmung und neue Perspektiven auf zwischenmenschliche Nähe und Begleitung.

Berührung ist mehr als körperlicher Kontakt. Sie kann Halt geben, Verbindung schaffen und Menschen in herausfordernden Situationen stärken. Die Sommerreihe möchte einen sensiblen und offenen Raum schaffen, um diese Kraft bewusst wahrzunehmen und besser zu verstehen.

Sommerreihe 1

Die Kraft der Berührung in der Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden

am 09.Juli 2026, 18.30 – 21.00 Uhr

In der Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen gibt es Berührungsängste in vielerlei Hinsicht.

Ramona Ludwig führt an diesem Abend aus, wie wir gerade durch achtsame körperliche Berührung, Aufmerksamkeit und Präsenz (angelehnt an der Basalen Stimulation) den Betroffenen eine wertvolle Unterstützung anbieten können. Und gleichzeitig begegnen wir dadurch unserer eigenen Hilflosigkeit und finden Wege heraus.
So kann in dieser wichtigen existentiellen Lebensphase durch Berührung auf verschiedenen Ebenen ein heilsamer, verbindender Prozess entstehen. Dazu werden wir über praktische Übungen eigene Erfahrungen machen und uns darüber austauschen.

Schwerpunkte:

- die Bedeutsamkeit des Körpers im Sterbeprozess
- Auswirkungen von Bewegungs- und Berührungsarmut
- Kommunikation über unsere Sinne
- innere Haltung/Wahrnehmung und Präsenz
- praktische Demonstration und Übungen zur achtsamen Berührung

---

Ramona Ludwig, seinSweise – Begleitung im Leben und im Sterben
www.ramonaludwig.de

Sommerreihe 2

Die Kraft der Berührung aus osteopathischer Sicht

20. August 2026, 18.30 – 21.00 Uhr

Der zweite Abend beleuchtet die Wirkung von Berührung und Körperwahrnehmung aus osteopathischer Perspektive.

Adrian Hensel, Physiotherapeut und Osteopath aus Karlsruhe, gibt einen praxisnahen Einblick, wie bewusste Berührung Spannungen löst und das Wohlbefinden steigert. Er erklärt das Zusammenspiel der **drei Säulen der Osteopathie** (parietal, viszeral, craniosacral) und zeigt, wie das **vegetative Nervensystem** durch die Balance von *Sympathikus* und *Parasympathikus* reguliert wird. Zudem wird die osteopathische **„Arterial Rule“** beleuchtet: Wie ein freier Fluss von Körperflüssigkeiten die körpereigene Regeneration und Selbstheilung aktiviert.

Ergänzend werden praktische Übungen und alltagsnahe Beispiele vorgestellt.

Schwerpunkte

- Die 3 Säulen der Osteopathie: Parietal, Viszeral und Craniosacral
- Das vegetative Nervensystem: Balance zwischen Sympathikus (Stress) und Parasympathikus (Regeneration)
- Die „Arterial Rule“: Freier Fluss als Motor für die Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Praktische Übungen: Körperwahrnehmung und Berührung als unterstützende Ressource für den Alltag

---

Adrian Hensel, Physiotherapeut und Osteopath aus Karlsruhe
www.osteo-physio-karlsruhe.de

Sommerreihe 3

Die Kraft der Berührung aus psychotherapeutischer Sicht

24. September 2026, 18.30 – 21.00 Uhr

Berührung kann nicht nur körperlich, sondern auch seelisch Halt geben.
Rumjana Neukirchner, Heilpraktikerin für Psychotherapie und SE® aus Karlsruhe, widmet sich im dritten Abend der Verbindung zwischen emotionaler Wahrnehmung, Stressbewältigung und zwischenmenschlicher Nähe.

Der Abend bietet Impulse zur emotionalen Selbstwahrnehmung, zum Umgang mit Stress und Belastung sowie zur Bedeutung von Empathie und zwischenmenschlicher Verbindung im Alltag.

Schwerpunkte

- Zusammenhang zwischen Berührung und psychischem Wohlbefinden
- Praktische Übungen zu emotionaler Selbstwahrnehmung und Stressregulation
- Die drei Bereiche des autonomen Nervensystems: ventraler Vagus, sympathisches Nervensystem, dorsaler Vagus

---

Rumjana Neukirchner, Heilpraktikerin für Psychotherapie und SE®Practitioner
www.rumjana.wixsite.com

Organisatorische Informationen

Termine: 9. Juli, 20. August und 24. September 2026 jeweils 18.30 – 21.00 Uhr

Ort: empathie.haus Karlsruhe

Format: Drei eigenständige Abendveranstaltungen

Buchungsmöglichkeiten: Jeder Abend kann einzeln gebucht werden. Alternativ besteht die Möglichkeit, die komplette Sommerreihe als Gesamtpaket zu buchen.

Ausgleich: 35,00 Euro pro Abend bzw. als Reihe: 95,00 Euro

Anmeldung: anmeldung@empathie.haus.de