

## Freitag, 8. November 2019

---

- 14:00 Uhr     **Anreise, Anmeldung, Begrüßungskaffee**
- 16:00 Uhr     **Eröffnung der Konferenz**  
**Begrüßung durch Dipl.-Biol. Günter Hudasch, Vorstandsvorsitzender des MBSR-MBCT Verbandes e.V.**
- 16:30 Uhr     **Peersupervisions Workshop Session am Freitagnachmittag**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Südbayern)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Nordbayern)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Baden-Württemberg)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Saarland, Rheinland-Pfalz und Hessen)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Südliches Nordrhein-Westfalen)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Nördliches Nordrhein-Westfalen)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Thüringen, Sachsen und Sachsen-Anhalt)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Brandenburg, Berlin und Mecklenburg-Vorpommern)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Niedersachsen und Bremen)**
- 16:30 Uhr     **Peersupervision und die Arbeitsweise einer Peersupervisionsgruppe (Hamburg und Schleswig-Holstein)**
- 18:45 Uhr     **Ende der Workshop Session am Freitag**
- 19:00 Uhr     **Abendessen im Ayinger Gasthaus**
- 20:00 Uhr     **Vortrag Prof. Dr. Jens Förster: Haben und Sein – Eine Würdigung beider Seiten menschlichen Handelns.**

22:00 Uhr Ende des 1. Konferenztages

## **Samstag, 9. November 2019**

---

09:00 Uhr **Vortrag Dr. Ulrich Ott: Aktuelle Forschung zu Achtsamkeit**

10:30 Uhr Pause mit Kaffee und herzhaften Snacks im Ayinger Gasthaus

11:00 Uhr **Workshop Session am Samstagvormittag**

11:00 Uhr **Online-Kurse – MBSR, Achtsamkeit und die digitale Welt**

11:00 Uhr **Achtsamkeit und Dankbarkeit**

11:00 Uhr **Achtsamkeit und Salutogenese -ein tentativer Quergang auf heilsamen Pfaden-**

11:00 Uhr **Das 2-Tageskonzept des MBSR-Verbandes**

11:00 Uhr **Interpersonal Mindfulness**

11:00 Uhr **Meditationsapps- Konkurrenz oder Kooperation? (Arbeitstitel)**

11:00 Uhr **Neuroforschung im MBSR-Kurs**

11:00 Uhr **Outdoor Meditation – Achtsamkeit in der Natur**

13:00 Uhr Ende der Workshop Session am Samstagvormittag

13:00 Uhr Mittagessen im Ayinger Gasthaus

14:30 Uhr **Podiumsdiskussion - Die Weisheit des Körpers: das Herz**

16:00 Uhr Pause mit Kaffee und Kuchen im Ayinger Gasthaus

16:30 Uhr **Workshop Session am Samstagnachmittag**

16:30 Uhr **Wie wirkt Achtsamkeit am Arbeitsplatz?**

16:30 Uhr **Mindful Leadership - Die Führung macht den Unterschied**

16:30 Uhr **Achtsamkeit und Weisheit mit Kindern. Wenn durch die psychische Abwehr des Kindes tiefe Fragen aufsteigen.**

- 16:30 Uhr     **Achtsamkeit im U-Prozess nach Otto Scharmer**
- 16:30 Uhr     **The toolbox is you.**
- 16:30 Uhr     **Ehrenamtliche Mitarbeit im Verband – Vorstellung, Ideen, Anregung, Austausch**
- 16:30 Uhr     **Yoga der Achtsamkeit: Nach Hause kommen und wahres Glück erfahren**
- 16:30 Uhr     **Achtsamkeit und Humor - Die heitere Gelassenheit gegenüber den Widrigkeiten des Lebens**
- 18:30 Uhr     Ende der Workshop Session am Samstagnachmittag
- 19:00 Uhr     Abendessen und Ausklang im Ayinger Gasthaus
- 22:00 Uhr     Ende des 2. Konferenztages

### **Sonntag, 10. November 2019**

---

- 09:00 Uhr     **Vortrag Bhante Nyana Bodhi - AUS LIEBE ZUM LEBEN-Achtsamkeit als Qualität des Herzens**
- 10:30 Uhr     Pause mit Kaffee und herzhaften Snacks im Ayinger Gasthaus
- 11:00 Uhr     **Mitgliederversammlung des MBSR-MBCT Verband e.V. (Hierzu erfolgt eine gesonderte Einladung)**
- 13:00 Uhr     Ende der 13. Jahreskonferenz des MBSR-MBCT Verband e.V.