



UNIVERSITÄTS KLINIKUM HEIDELBERG

Anfahrt zur Alpakafarm Hirtenaue

Alpakafarm Hirtenaue
Am Pferchelhang, nach Hausnr. 36
69118 Heidelberg

mit den Öffentlichen Verkehrsmitteln:

- › Ausstieg an der Bushaltestelle "Fürstendamm" in Ziegelhausen der Buslinien 33 oder 34.
zu Fuß:
- › Nach der Fußgängerüberführung rechts abbiegen Richtung Steinbachschule.
- › Der Straße ohne abzubiegen bis zur Abzweigung Höhenstraße (Sackgasse) folgen, dann vor dem Sackgassenschild rechts abbiegen in die Straße "Am Pferchelhang".
- › Am Ende der Straße rechts abbiegen, auf Höhe der Hausnummer 36 endet das Wohngebiet. Sofort hinter der Straßenverengung auf der rechten Seite befindet sich die Alpakafarm Hirtenaue.

mit dem Auto:

- › Fahren Sie ab Ziegelhausen Mitte die Peterstaler Straße Richtung Wilhelmsfeld bis zu einer kleinen Fußgängerüberführung hinauf.
- › Anschließend folgen Sie der Beschreibung unter "Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln / zu Fuß".
- › Bitte fahren Sie in keinem Fall über Hirtenaue und Schleifengrundweg an oder ab.
- › Auch empfiehlt sich die Anfahrt über die Höhenstraße und den Waldweg (Pferchelhütte) nicht.



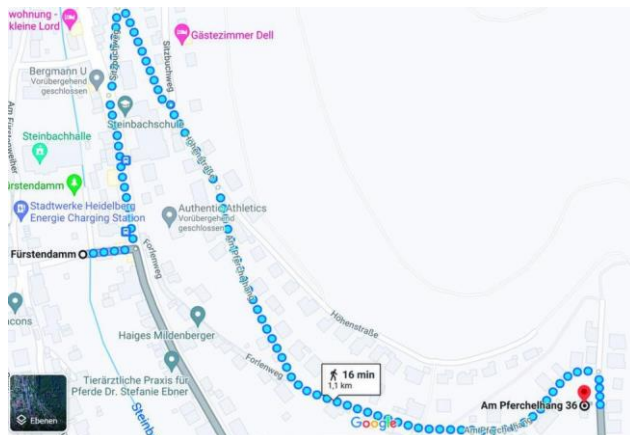
Trauma-Gruppentherapie mit Alpakas tiergestützte achtsamkeits- und körperbezogene Gruppentherapie

ab Juni 2024

Donnerstags 13:00 - 14:30 Uhr

Hirtenaue Ziegelhausen
Am Pferchelhang
69118 Heidelberg

Institut für Psychosoziale Prävention
Zentrum für Psychosoziale Medizin
Uniklinik Heidelberg



Trauma-Gruppentherapie mit Alpakas

In der Alpaka-Gruppentherapie liegt der Schwerpunkt auf achtsamkeits- und ressourcenorientierter Arbeit, die den eigenen Körper und die damit verbundenen Erfahrungen in den Mittelpunkt rückt.

Die Gruppentermine bestehen aus achtsamkeits- und körperbezogenen Übungen mit denen wir die Erfahrungen im Hier und Jetzt stärken möchten sowie gemeinsames Sprechen. Als tierische Helfer werden Alpakas eingesetzt, die uns dabei helfen einen achtsamen Zustand einzunehmen.

Das Angebot richtet sich an Personen mit Traumaerfahrungen in der Vergangenheit. Ziel der Gruppe ist es Achtsamkeit zu erlernen und das Erleben im Hier und Jetzt zu stärken. Denn erst wenn es möglich ist im Moment und der Erinnerung gleichzeitig zu sein, kann eine Traumabearbeitung möglich sein.

Anknüpfend an die Alpaka-Gruppentherapie wird es ein Gruppentherapieangebot mit einem Therapiehund von sechs Sitzungen am Institut für Psychosoziale Prävention geben, bei dem die Verarbeitung von Trauma im Fokus steht. Hierfür wird eine ausreichende Stärke an Achtsamkeit und Ressourcen notwendig sein, die mit der Alpaka- Gruppentherapie aufgebaut werden sollen.



- > Achtsamkeits- und Ressourcenorientiert
- > Tiergestützte Therapie mit Alpakas
- > Erweiterung von Einzeltherapie
- > für Patient*innen mit Traumaerfahrungen in der Vergangenheit
- > ab 18 Jahren
- > Gruppengröße: ca. 5-8 Erwachsene und 2 Therapeutinnen
- > Eine Aufbaugruppe zur Bearbeitung von Trauma wird im Anschluss am Institut für Psychosoziale Prävention angeboten werden. Hier wird uns ein Therapiehund unterstützen.

Termine

06.06.24	13:00 - 14:30 Uhr Alpakafarm Hirtenaue, Ziegelhausen
20.06.24	13:00 - 14:30 Uhr Alpakafarm Hirtenaue, Ziegelhausen
27.06.24	13:00 - 14:30 Uhr Alpakafarm Hirtenaue, Ziegelhausen
04.07.24	13:00 - 14:30 Uhr Alpakafarm Hirtenaue, Ziegelhausen
11.07.24	13:00 - 14:30 Uhr Alpakafarm Hirtenaue, Ziegelhausen
25.07.24	13:00 - 14:30 Uhr Alpakafarm Hirtenaue, Ziegelhausen

Für die Termine auf der Alpakafarm empfehlen wir trittsicheres Schuhwerk und regenfeste Kleidung.

Ansprechpartnerin bei Fragen:
Dr. Sophie Hauschild

E-Mail: Sophie.Hauschild@med.uni-heidelberg.de Telefonnr. 06221 56-5662