

# „Lachen ist die beste Medizin“

Einladung zum 4. Sächsischen Fortbildungstag am 21. Juni 2025 in Freiberg

*„Anspannung ist eine Gewohnheit.  
Entspannen ist eine Gewohnheit.  
Schlechte Gewohnheiten kann man  
ablegen, gute Gewohnheiten bilden.“*  
(William James)

Bereits Hippokrates stellte fest, dass Heiterkeit die Seele entlastet. Deshalb möchten wir unter dem Motto „Lachen ist die beste Medizin“ nicht nur Sie als ärztliche Kolleginnen und Kollegen, sondern auch Ihre Familien und Kinder zu diesem besonderen Format einladen.

Nach drei erfolgreichen Veranstaltungen in dieser Reihe seit 2017 glauben wir, dass wir gerade nach der unfreiwilligen Pandemiepause alle wieder ganz dringend etwas zum Lachen brauchen. Daher nutzen wir die Gelegenheit, diese Veranstaltungsreihe wieder aufleben zu lassen. Nicht nur Humor spielt beim Sächsischen Fortbildungstag eine wesentliche Rolle, sondern auch Achtsamkeit, aktive Entspannung und Selbstmanagement.



Wir wissen, wie wichtig Familie und Kinder als Ressource und Kraftquelle sind und für diese bleibt durch den herausfordernden Alltag von Ärztinnen und Ärzten nicht immer genug Zeit. Wir beziehen also Familie und Kinder über ein attraktives Rahmenprogramm aktiv mit ein. Wir besuchen – während sich die Ärztinnen und Ärzte in den Workshops zu Konfliktmanagement, Selbstfürsorge und Copingstrategien fortbilden – die TERRA MINERALIA im Schloss Freudenstein. Für die Kinderbetreuung ist gesorgt.

Nutzen Sie die Gelegenheit, Energie aufzutanken und das Angenehme mit

dem Nützlichen zu verbinden. Wir freuen uns, wenn Sie im Juni in Freiberg mit dabei sind!

Da die Organisation für diese Familientage immer sehr aufwändig ist, bitten wir um zeitnahe Anmeldung, damit wir besser planen können.

**Anmeldung unter:**

<https://veranstaltungen.slaek.de>

oder direkt über den QR-Code

**Auskunft:** Frau Schmidt,  
Frau Wodarz, Frau Michel

Tel. 0351 8267-321, -327, -351 ■



Dr. med. Kirsten Schubert-Fuchs  
Stellvertretende Akademievorsitzende und  
das Team Fortbildung