

Webadresse der Quelle:

<https://www.alzheimer-bw.de/veranstaltungen/in-baden-wuerttemberg/detailansicht/2020/04/03/yoga-kennt-keine-demenz-c/>

Yoga kennt keine Demenz ©

03. April 2020, 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort

Röser-Haus

Fritz-Erler-Straße 25, 76133 Karlsruhe

Beschreibung

Yogaelemente und Atemtechniken für dementiell erkrankte Menschen

Yoga und Demenz - geht das überhaupt?

Studien aus England und Amerika zeigen, dass Yogaelemente und Atemtechniken ein sehr guter ganzheitlicher Ansatz auch bei dementiell erkrankten Menschen ist und eine Verbesserung im Umgang mit dem Krankheitsbild darstellt. Das Betreuungspersonal stellt zudem fest, dass die pflegebedürftigen Menschen umgänglicher und entspannter im Tagesrhythmus sind. Im Kurs erlernen wir achtsame Yogaübungen, die den Körper beweglicher machen, d.h. den Körper freundlich wahrzunehmen und zu erleben. Bei den praktizierenden Atemübungen wird der Atem bewusst in Organe und Körperregionen gelenkt. Impulsgebung und Entspannung sind ebenfalls wichtige Inhalte, wobei die Stärkung der Potentiale wie auch der liebevolle Umgang mit den vorgegebenen Grenzen der dementiell veränderten Menschen im Vordergrund steht.

Inhalte und Ziele:

- Allgemeines zu Yoga
- Das Besondere von Yoga bei dementiell veränderten Menschen
 - Praktische Yogaübungen zu Kraft, Koordination, Beweglichkeit
 - Praktische Yogaübungen zu Körper- und Sinneswahrnehmung
 - Entspannungsreise für die Körperwahrnehmung

Anmeldung erforderlich!

Teilnahmekosten € 125,00 zzgl. MwSt. inkl. Seminarunterlagen, Teilnahmebescheinigung, Getränken, Mittagessen

Veranstalter

SingLiesel GmbH

Katrin Fronczek

Telefon: +49 (0)721 / 37 19 520

E-Mail: kfronzecksinglieselde

Webseite: www.singliesel.de/fortbildungen-fuer-betreuungskraefte-alle-themen

<