

## Yoga bei Demenz

Yoga kann man immer und in jeder Lebenssituation üben, ob alt oder jung, ob krank oder mit Demenz. "Der Yoga der kleinen Schritte" (Vinyasa- krama-Yoga) passt sich immer an die Bedürfnisse und Fähigkeiten des Übenden an und ist deshalb sehr gut geeignet, um im Pflegeberuf Stress abzubauen und um die unspektakulären Übungen auch mit Menschen, die unter Demenz leiden, zu üben. Es ist dabei ganz egal, ob sie mobil sind oder immobil. Diese besondere Yogaform kann man immer üben.

**Modul I:** Um mit pflegebedürftigen Menschen Yoga üben zu können, muss man erst einmal selbst in eine Übungserfahrung kommen und lernen bei sich selbst anzu- kommen. Sie lernen in diesem Modul kleine unspektakuläre Körper- und Atemübungen kennen, die von jedem mit Leichtigkeit auszuführen sind und zu einer aktiven Ent- spannung führen. Dazu braucht man nicht unbedingt eine Yogamatte oder eine Stunde Zeit. Das ist auch in zwei Minuten möglich oder in zwei Atemzügen, wo immer sie auch gerade sind.

Ja, ich möchte über **Neuigkeiten** zum Thema Demenz informiert werden. Bitte sen- den Sie den **Newsletter** an:

E-Mail: \_\_\_\_\_  
**Bitte gut leserlich schreiben**

**Nr. 21 31**      **Yoga bei Demenz  
(Modul I)**  
**Tagesseminar**  
**Datum:**      **30. April 2021**  
**Uhrzeit:**     08.30 – 16.00 Uhr  
**Ort:**           Fort- u. Weiterbildung  
                      Walter-Bloch-Str. 6 (1. Etage)  
                      66740 Saarlouis

### Fort- und Weiterbildung für:

- Gesundheits- und KrankenpflegerInnen
- AltenpflegerInnen, AltenpflegerhelferInnen
- BetreuerInnen

**Referent:**      **Michael Meyer**  
Yogalehrer im Berufsverband  
der Yogalehrenden in Deutsch-  
land (BDY), Coach für interaktive  
Gesundheitsentwicklung

**Teilnahmegebühr pro Person:      95 €**  
**Ermäßigt für Vereinsmitglieder/Pers: 80 €**  
**Begrenzte Teilnehmerzahl:      15 TN**

Anmeldungen werden in der Regel nicht sofort nach Eingang bestätigt; sie werden registriert und ab drei Wochen vor Kursbeginn bestätigt. Sollte ein Kurs ausgebucht sein, werden Sie umgehend informiert.

**Demenz-Verein Saarlouis e. V.**  
**Ludwigstraße 5**  
**66740 Saarlouis**

**Telefon:      06831/ 488 18-16**  
**Fax:            06831/ 488 18-23**

**Schriftliche Anmeldung mit Unterschrift er-  
forderlich.**

## Anmeldung

**Nr. 21 31**      **Yoga bei Demenz  
(Modul I)**  
**Tagesseminar**  
**Datum:**      **30. April 2021**

- Die Teilnahmegebühr in Höhe von 95,00 €  
 bzw. ermäßigt für Vereinsmitglieder 80,00 €  
(Nachweis erforderlich) werde ich nach Erhalt  
der Rechnung **vor Kursbeginn** überweisen.

**Bitte deutlich mit Druckbuchstaben ausfüllen!**

\_\_\_\_\_  
TeilnehmerIn

\_\_\_\_\_  
Beruf/derzeitige Tätigkeit

\_\_\_\_\_  
Rechnungsadresse - Name bzw. Institution

\_\_\_\_\_  
Rechnungsanschrift

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
**Ort, Datum, Unterschrift** (nur mit Unterschrift gültig!)

Mit der Unterschrift erkläre ich mich mit den Teilnahmebedin- gungen und mit der Speicherung und Verarbeitung meiner Daten durch den Demenz-Verein Saarlouis e.V. einverstan- den. Die Daten werden für den Versand von Informationen und zur Bewerbung der Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen verwendet. Mir ist bekannt, dass meine gespeicherten Daten auf Antrag gelöscht bzw. berichtigt werden. Es genügt eine formlose E-Mail (sekretariat@demenz-saarlouis.de) oder eine postalische Nachricht an den Demenz-Verein Saarlouis e.V., Ludwigstr. 5, 66740 Saarlouis, 1. Vorsitzende Dagmar Heib (MdL).

## Teilnahmebedingungen

- (1) Nutzen Sie für Ihre Anmeldung das vorbereitete Anmeldeformular. Die Teilnahme setzt eine verbindliche schriftliche Anmeldung mit Unterschrift voraus. Dieses kann gerne per Post, Email oder per Fax zugesendet werden.
- (2) Die Teilnehmerzahl ist bei allen Veranstaltungen begrenzt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.
- (3) Die Teilnahmegebühr ist vor Kursbeginn fällig.
- (4) Bei Überweisung der Teilnahmegebühr bitten wir um Angabe der Rechnungsnummer.
- (5) Der Veranstalter behält sich Änderungen im Programm vor.
- (6) Fällt die Veranstaltung aus organisatorischen Gründen seitens des Veranstalters aus, werden nur bereits gezahlte Gebühren erstattet. Alle weitergehenden Ansprüche sind ausgeschlossen.
- (7) Bei Abmeldung/ Rücktritt von der Veranstaltung innerhalb von drei Wochen vor Beginn der Veranstaltung wird, bei Abwesenheit (auch teilweise), die volle Gebühr fällig. Bei Stellung einer Ersatzperson gehen die Rechte und Pflichten auf den Ersatzteilnehmer über.
- (8) Abmeldungen von der Kursteilnahme haben schriftlich zu erfolgen.
- (9) Der Veranstalter haftet nicht bei Verlust von Garderobe, Diebstahl, Wegeunfällen und Parkplatzschäden am PKW.
- (10) Ich bin mit der Verarbeitung und Speicherung meiner Daten durch den Demenz-Verein Saarlouis e.V. einverstanden. Die Daten werden für den Versand von Informationen und zur Bewerbung der Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen verwendet. Mir ist bekannt, dass meine gespeicherten Daten auf Antrag gelöscht bzw. berichtigt werden. Es genügt eine formlose E-Mail schriftlich oder postalische Nachricht an den Demenz-Verein Saarlouis e.V., Ludwigstr. 5, 66740 Saarlouis, 1. Vorsitzende Dagmar Heib (MdL).

**Das komplette Fort- und Weiterbildungsprogramm 2021 des Demenz-Vereins Saarlouis e.V. erhalten Sie unter**  
**☎ 06831/ 488 18-16 oder**  
**[www.demenz-saarlouis.de](http://www.demenz-saarlouis.de)**

## Seminarorganisation:

Demenz-Verein Saarlouis e.V.  
Pia Ladwein (Sekretariat)  
Ludwigstraße 5  
66740 Saarlouis  
☎ 06831/ 488 18-16  
Fax: 06831/ 488 18-23  
Mail: [weiterbildung@demenz-saarlouis.de](mailto:weiterbildung@demenz-saarlouis.de)  
Web: [www.demenz-saarlouis.de](http://www.demenz-saarlouis.de)

## Der Demenz-Verein Saarlouis e.V. bietet:

- Qualifizierte Demenz-Fachberatung
- Tagespflege für Menschen mit Demenz
- Betreuungsgruppen und stunden-weise Betreuung für Menschen mit Demenz
- Häusliche Betreuung
- Veranstaltungen für Angehörige
- Entlastung und Schulung von Angehörigen und ehrenamtlichen HelferInnen
- Fort- und Weiterbildung für Pflegekräfte
- Informationen und Materialien über Ursachen und Formen der Erkrankungen sowie Hilfen für den Umgang mit Menschen mit Demenz
- Landesfachstelle Demenz



# Yoga bei Demenz

## Modul 1 Tagesseminar

**30. April 2021**



**Demenz-Verein Saarlouis e. V.**  
**Fort- u. Weiterbildung**  
**Walter-Bloch-Str. 6**  
**66740 Saarlouis**