

Special für Pflegehilfskräfte - Psychohygiene – „Kopf hoch, Brust raus – das kleine Überlebenstraining“

Herausfordernde Phasen im Alltag und Berufsleben, besonders im Bereich der Pflege und Betreuung demenziell veränderter Menschen, haben Einfluss auf unsere Gesundheit und können sowohl körperlich als auch seelisch krank machen. In diesem Tagesseminar stellen wir uns die Frage: Pflegen wir unsere Seele genauso, wie wir täglich unseren Körper pflegen? Was können wir selbst tun, um proaktiv Stress und Energieräubern zu begegnen?

„Kopf hoch, Brust raus – das Überlebenstraining“ – ein Soforthilfeprogramm, das neurophysiologische Einflüsse auf unser Wohlbefinden berücksichtigt, kann bei Stress, Ärger oder sonstigen Durchhängern in Sekundenschnelle frische Energie und gute Laune zurückgeben, um im Alltag zu „überleben“.

Seminarinhalt:

- Psychohygiene- das seelische Immunsystem stärken
- "Kopf hoch, Brust raus", das kleine Überlebenstraining: einfache, wirkungsvolle und alltags-taugliche Körper- und Atemübungen

☐ Ja, ich möchte über Ihre Kurse per Mail benachrichtigt werden:

E-Mail: _____
Bitte gut leserlich schreiben

Special für Pflegehilfskräfte - Psychohygiene – „Kopf hoch, Brust raus – das kleine Überlebenstraining“

Tagesseminar

**12. Mai 2025
08.30 - 16.00 Uhr**

Fort- u. Weiterbildung
Walter-Bloch-Str. 6 (1. Etage)
66740 Saarlouis

Referentin:

Petra Boudraa, Heilpraktikerin für
Psychotherapie, Entspannungspädagogin

Teilnahmegebühr pro Person: 95 €
Ermäßigt für Vereinsmitglieder/Pers.: 80 €

Fort- und Weiterbildung für Angehörige der:

- Pflegehilfskräfte aller Versorgungsbereiche

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.

Anmeldung

25 12 Psychohygiene – „Kopf hoch,
Brust raus – das kleine
Überlebenstraining“
Tagesseminar

Datum: 12. Mai 2025

- ☐ 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

Institution - Adresse

Rechnungsanschrift (falls abweichend)

Telefon

Ort, Datum, Unterschrift (nur mit Unterschrift gültig!)

Mit der Unterschrift erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen und mit der Speicherung und Verarbeitung 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 (sekretariat@demenz-saarlouis.de) oder eine postalische Nachricht an den Demenz-Verein Saarlouis e.V., Ludwigstr. 5, 66740 Saarlouis, Vorsitzende Dagmar Heib (Mdl.).

Teilnahmebedingungen

1. Nutzen Sie für Ihre Anmeldung das vorbereitete Anmeldeformular. Die Teilnahme setzt eine verbindliche schriftliche Anmeldung mit Unterschrift voraus. Diese sollte per Post, E-Mail 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 zu entrichten.
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. Über eine Absage werden Sie etwa eine Woche vor Kurstermin informiert.
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 sind schriftlich erforderlich.
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, Vorsitzende Dagmar Heib (MdL).

Das komplette Fort- und Weiterbildungsprogramm 2025 des Demenz-Vereins Saarlouis e.V. erhalten Sie unter
☎ 06831/ 488 18-18 oder
www.demenz-saarlouis.de

Seminarorganisation:

Demenz-Verein Saarlouis e.V.

Sabine Blau (Sekretariat)

Ludwigstr. 5

66740 Saarlouis

☎ 06831/48818-18

Fax: 06831/48818-23

Mail: weiterbildung@demenz-saarlouis.de

Web: www.demenz-saarlouis.de

Bildungsfreistellungsnummer:
16386-11438

Der Demenz-Verein Saarlouis e.V. bietet:

- Qualifizierte Demenz-Fachberatung
- Tagespflege für Menschen mit Demenz
- Pflegedienst „Villa Barbara“
- Veranstaltungen für Angehörige
- Entlastung und Schulung von Angehörigen und ehrenamtlichen Hilfskräften
- Fort- und Weiterbildung für Pflegekräfte
- Informationen und Materialien über Ursachen und Formen der Erkrankung Demenz
- Unterstützungsangebote für den Umgang mit den Betroffenen
- Landesfachstelle Demenz

Special für Pflegehilfskräfte - Psychohygiene – „Kopf hoch, Brust raus – das kleine Überlebenstraining“

Tagesseminar

12. Mai
2025



Fort- und Weiterbildung
Walter-Bloch-Str. 6
66740 Saarlouis