

## Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen

In dieser praxisorientierten Fortbildung lernen Sie vielfältige Übungen kennen, die gezielt auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sind. Im Mittelpunkt stehen sanfte Bewegungsabfolgen, Atemtechniken und Entspannungsmethoden, die Körperbewusstsein, Beweglichkeit und innere Ruhe fördern – inspiriert durch Elemente aus dem Yoga. Die Inhalte sind so aufbereitet, dass sie leicht an verschiedene körperliche Voraussetzungen angepasst und sicher mit Senioren eingesetzt werden können. Neben der Praxis vermittelt die Fortbildung auch Hintergrundwissen zur Wirkung von Atem- und Entspannungsübungen im Alter sowie zur sicheren Anleitung.

### Ziele der Fortbildung:

- Vermittlung von leicht umsetzbaren Bewegungs- und Entspannungsübungen für Seniorengruppen
- Integration von Yoga-Elementen in die Seniorenarbeit
- Förderung von Körperwahrnehmung, Gleichgewicht, Atmung und Entspannung
- Stärkung der Handlungskompetenz im Umgang mit altersbedingten Einschränkungen

Diese Fortbildung richtet sich an alle, die mit älteren Menschen arbeiten und neue Impulse für ein ganzheitliches Bewegungsangebot suchen.

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

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

## Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen Tagesseminar

**13. März 2026  
08.30 - 16.00 Uhr**

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

### Referentin:

**Véronique Lambertz, Therapeutic Touch®**  
Practitioner, Dozentin für heilsame  
Berührung nach Vera Bartholomay

**Teilnahmegebühr pro Person: 110 €**  
**Ermäßigt für Vereinsmitglieder/Pers.: 95 €**

### **Fort- und Weiterbildung für:**

- Pflegefachkräfte aller Versorgungsbereiche
- Pflegehilfskräfte aller Versorgungsbereiche
- Betreuungskräfte nach § 53b SGB XI
- Therapeutische MitarbeiterInnen des Gesundheitssektors
- Pflegende Angehörige

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

**26 89 Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen**

**Tagesseminar**  
**Datum: 13. März 2026**

- ☐ Die Teilnahmegebühr in Höhe von 110,00 €  
☐ bzw. ermäßigt für Vereinsmitglieder 95,00 €  
(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 2026 des Demenz-Vereins Saarlouis e.V. erhalten Sie unter**  
**☎ 06831/ 488 18-18 oder**  
**[www.demenz-saarlouis.de](http://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](mailto:weiterbildung@demenz-saarlouis.de)

Web: [www.demenz-saarlouis.de](http://www.demenz-saarlouis.de)

Bildungsfreistellungsnummer:  
**556-455152**

## 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

# Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen

## Tagesseminar

**13. März  
2026**

