



### Allgemeine Geschäftsbedingungen

[www.caritas-augsburg.de/agbs-fortbildungen](http://www.caritas-augsburg.de/agbs-fortbildungen)

### Anmeldung

Caritasverband für die Diözese Augsburg e. V.  
Referat Bildung und Entwicklung  
Fachgebiet Fortbildung Pflege  
Auf dem Kreuz 41, 86152 Augsburg

Anmeldung online unter

[www.caritas-augsburg.de/fobi-pflege](http://www.caritas-augsburg.de/fobi-pflege)

oder über unser Anmeldeformular

### Fortbildungszusage

Sie erhalten grundsätzlich eine schriftliche Zu- oder Absage. Falls Sie keine Rückmeldung von uns bekommen, erbitten wir Ihren Anruf.

### Ihre Ansprechpartner\*innen

Katrin Bader  
Fachgebietsleitung Fortbildung Pflege  
Referat Bildung und Entwicklung  
Tel. 0821 3156-236

Stefanie Zeitlmeir  
Seminarorganisation in Ausbildung  
Fachgebiet Fortbildung Pflege  
Referat Bildung und Entwicklung  
Tel. 0821 3156-252 Fax.0821 3156-263

Inge Ueberall  
Referatsleitung Bildung und Entwicklung  
Tel. 0821 3156-227

E-Mail: [fortbildung@caritas-augsburg.de](mailto:fortbildung@caritas-augsburg.de)

Unsere Fort- und Weiterbildungen werden in enger Zusammenarbeit mit der Fachberatung Referat Teilhabe und Pflege des Caritasverbandes für die Diözese Augsburg e. V. konzipiert.



Caritasverband für die  
Diözese Augsburg e.V.  
Referat Bildung und Entwicklung  
Auf dem Kreuz 41  
86152 Augsburg

## Zielgruppenspezifische Angebote in der Alltagsbegleitung und Betreuung gestalten

### Aufbaukurs: Bewegen und Atmen – Qigong für Menschen mit und ohne Demenz

24. Juni 2024



Wir sind Mitglied im  
Netzwerk der Fort- und  
Weiterbildungsanbieter  
in der Caritas.



Kurs-Nr.  
**P23324**

24. Juni 2024

09:00 – 16:30 Uhr

**Augsburg**  
Caritashaus  
Auf dem Kreuz 41

**Kursgebühr**  
**165,00 €**  
inklusive  
Kursunterlagen,  
Mittagessen und  
Tagungsgetränke

Im Rahmen der



können für diese  
Veranstaltung  
Punkte  
angerechnet  
werden

## **Aufbaukurs: Bewegen und Atmen – Qigong für Menschen mit und ohne Demenz**

Qigong – die Pflege der Lebensenergie – ist seit mehreren 1000 Jahren ein wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin. In Einklang mit dem Atem wird unsere Lebensenergie „Qi“ durch sanfte, fließende Bewegungen angeregt und harmonisiert. Davon profitieren wir vielfach:

- die Gelenke werden beweglich
- die Muskulatur wird gestärkt
- die Blutgefäße und Gewebe werden gepflegt
- die Funktionen der inneren Organe werden reguliert
- der Atem wird vertieft
- wir finden zurück zu unserer inneren Ruhe und Kraft

In diesem Tagesseminar vertiefen Sie den Einklang von Atmung und Bewegung. Wir intensivieren die Übungen aus dem Basisseminar und üben neue Elemente aus dem Medizinischen Qigong zu gezielten Stärkung einzelner Organsysteme. Hierdurch entsteht eine Kombination aus Betreuungsangebot und Gesundheitsförderung für die Mitarbeiter\*in selbst, von deren harmonisierender und stabilisierender Wirkung alle profitieren werden.

### **Inhalte**

- Kurze Wiederholung der Grundlagen des Qigong
- Vertiefen der bereits bekannten Übungen
- Üben neuer Bewegungen mit Bezug zu den Organen
- Bewegung erfahren, Bewegung spüren
- Atem und Bewegung verbinden

### **Kompetenzen**

- Sie vertiefen die theoretische Basis der Wirksamkeit des Qigong.
- Sie vertiefen die vielfältige gesundheitsförderliche Wirkung der Qigong-Übungen.
- Sie können aufbauend auf den Grundkurs im Rahmen der sozialen Betreuung weitere Übungen mit Bewohner\*innen durchführen.

### **Zielgruppe**

- Mitarbeiter\*innen in der Betreuung, zusätzliche Betreuungskräfte gemäß § 53b SGB XI, Präsenzkräfte aus ambulanten sowie (teil-)stationären Einrichtungen der Alten-, Kranken- und Behindertenhilfe

### **Referent\*in**

- **Heike Pfletschinger**  
Heilpraktikerin, Dozentin für Qigong und Heilsame Berührung in der Altenhilfe

**Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss  
für diese Fortbildung am 12.06.2024!**