



## B 4 Erinnerung wecken durch einfaches Tanzen

### **Bewegung, Musik und Lebensfreude für Menschen mit Demenz**

Musik und Tanz haben die wunderbare Fähigkeit, Erinnerungen zu wecken und emotionale Brücken in die Vergangenheit zu schlagen. Selbst einfache Tanzbewegungen können Menschen mit Demenz aktivieren, Freude bereiten und das Gemeinschaftsgefühl stärken.

In diesem praxisnahen Seminar lernen Sie, wie Sie mit einfachen Tanz- und Bewegungsangeboten Menschen mit Demenz auf einfühlsame Weise erreichen und in Bewegung bringen können – unabhängig von Mobilität und Vorerfahrung.

#### **Seminarinhalte:**

- **Tanzen als Schlüssel zur Erinnerung:** Warum Musik und Bewegung so wirkungsvoll sind
- **Einfache Tanzformen:** Sitztänze, Kreistänze und rhythmische Bewegungen
- **Individuelle Anpassung:** Wie gehe ich auf unterschiedliche Fähigkeiten und Bedürfnisse ein?
- **Kommunikation durch Bewegung:** Nähe schaffen ohne Worte
- **Praxisübungen:** Mitmachen, ausprobieren, erleben

**Musik spüren, Erinnerungen wecken, Lebensfreude teilen!**

---

#### **Zielgruppe**

Übungsleitende, Pflege- und Betreuungskräfte, Angehörige sowie alle Interessierten, die Tanz als sanfe und wirkungsvolle Aktivierungsmethode für Menschen mit Demenz kennen lernen möchten

---

#### **Termin:**

06.10.2026 (Dienstag) p

---

#### **Ort**

Hamburg

---

#### **Dauer**

9.00 - 16.00 Uhr

---

#### **Preis**

130,- Euro

---

## **Kursleitung**

**Tamara Schiele**, staatl. geprüfte Sport & Gymnastiklehrerin, zertifizierte Ganzheitliche Gedächtnistrainerin, Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining®, Sturzpräventionsberaterin, Kneipp-Gesundheitstrainer/in, Rückenschullehrerin & Wirbelsäulen- und Functionaltrainerin

---

## **Weitere Informationen**

Swantje Fuchs / Birgit Rathje  
Tel.: 040-44 13 67