



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 sanfte 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