

# Taiji mit älteren Menschen

## Seminarbeschreibung

In diesem Seminar werde ich systematisch aufeinander aufbauende Aufwärmübungen und eine Taiji-Kurzform (5-Elemente-Form nach Chungliang Al-Huang) vermitteln. Dabei ist es mir ein grosses Anliegen Wege aufzuzeigen, wie die einzelnen Übungen und Bewegungsabläufe den unterschiedlichen Möglichkeiten und Bedürfnissen von älteren Kursteilnehmenden entsprechend angepasst werden können. Weitere kontextbezogene Themen wie Sturzprävention und gruppenspezifische Herausforderungen bei der Kursgestaltung werden anhand von Fallbeispielen ebenfalls behandelt. Es wird ein reichhaltiges und anregendes Seminarwochenende, auf das ich mich jetzt schon sehr freue!

**Zielgruppen:**

- Therapierende und Kursleitende, die bereits mit älteren Menschen arbeiten oder es in Zukunft tun möchten
- Bewegungsinteressierte mit und ohne Taiji Vorerfahrung

**Seminarzeiten:** Samstag den 09. Dezember 2017 von 09:00 bis 17:00  
Sonntag den 10. Dezember 2017 von 09:00 bis 13:00

**Dauer:** 10 Seminarstunden à 60 min

**Seminarort:** Domicil Mon Bijou, Mattenhofstrasse 4, 3007 Bern

**Teilnehmerzahl:** max. 12 Personen

**Seminarkosten:** CHF 250.- regulärer Seminarbeitrag  
CHF 200.- für Mitarbeitende in Domicil Wohn- und Pflegeheimen

## Seminarleitung

Dr. phil. Marko Nedeljković hat klinische Psychologie und Sinologie studiert und an der Universität Bern zum Thema «Taiji und Stressprotektion» promoviert. Er ist ein von der Schweizerischen Gesellschaft für Taiji und Qigong (SGQT) anerkannter Taiji Lehrer und unterrichtet in verschiedenen Städten und gesundheitlichen Einrichtungen in der Schweiz. Seit über sechs Jahren leitet er Taiji Kursgruppen mit älteren Menschen. Seine Taiji Stunden sind einfach, fundiert und erlebnisreich – eine Inspirationsquelle für alle Bewegungsinteressierte mit und ohne Taiji Vorerfahrungen.



**weitere Infos unter:** [www.space2be.ch](http://www.space2be.ch) / **Anmeldung:** via Email an [info@space2be.ch](mailto:info@space2be.ch)