



Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.
Selbsthilfe Demenz

Einladung zum **Offenen Forum der Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. Selbsthilfe Demenz**

**Vortrag/
Workshop:** **Heute schon tief durchgeatmet? Atme einfach ...**

Thema: Wenn im Laufe einer Demenz die sprachliche Verständigung schwieriger wird, gibt es andere Wege, um weiterhin im Kontakt zu sein. So kann der Atem zu einem Medium der Kommunikation werden und dabei zugleich zur Entspannung beitragen.

Wann: **Mittwoch, 02. April 2025, von 16.30 bis 18.30 Uhr**

Wo: **Friedrichstraße 236, 10969 Berlin**

Referentin: Heike Forwerck, Linguistin (M.A.), Logopädin und Atemtherapeutin

Begrüßung: Andrea von der Heydt, Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.

Atem bedeutet Leben.

In der Regel atmen wir unbewusst und wissen wenig um die Unterschiede und Möglichkeiten des „Luftholens“. Situationen von Stress oder Anspannung machen den Zusammenhang zwischen Auslöser und entsprechend angespannter Atemreaktion deutlich. Bei einer fortschreitenden demenziellen Erkrankung gewinnen nonverbale Aspekte an Stellenwert. So kann der Atem als Ausdruck des Lebens gezielt in den Blick genommen und als dialogisches Mittel eingesetzt werden. Ziel des Abends ist es, die verschiedenen Aspekte des Atems aufzuzeigen und ihre Bedeutung im Kontext eigener Entspannung sowie einer guten Beziehung zum Gegenüber greif- und handhabbar werden zu lassen.

„Auf dem Weg nach innen, im Anschluss an den Atem, findet der Mensch wieder zu seinem Aller-Eigensten, zu seinem Wesen.“ Herta Richter

Anmeldung:

Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bis zum 25.03.2025 an:

Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.

per Mail: info@alzheimer-berlin.de

oder telefonisch: Tel. 030 - 89 09 43 57