

Gesundheitsförderung – Bildungsprogramm für 2019

Wenn Sie sich beim DRK als Übungsleitung engagieren möchten, wenden Sie sich bitte an Ihren DRK-Kreisverband oder Ortsverein.

Sollten Sie privat - ohne Anbindung an das DRK - teilnehmen wollen, ist dies möglich, wenn wir Ihnen noch einen freien Platz in den Lehrgängen zur Verfügung stellen können. Die Kosten für eine private Teilnahme weichen von dem Teilnehmerbeitrag bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen ab.

Fragen beantworten wir Ihnen im DRK-Landesverband Niedersachsen gern:

- Ilona Voltmer, unter 0511/28000-326 oder per E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de/ oder
- Helena Splinter, unter 0511/28000-301 oder per E-Mail: helena.splinter@drklvnds.de.

Die Lehrgänge finden in unserer DRK-Landesschule in Bad Pyrmont statt. Einzige Ausnahmen: die eintägigen Seminarangebote „Seniorenachmittag attraktiv“ finden im DRK-Seminar- und Trainingszentrum in Hannover-Misburg statt. Die Fortbildung Wassergymnastik findet im Hotel Burg-Sternberg in Extertal-Linderhofe statt.

Inhaltsübersicht

Gedächtnistraining

Gedächtnistraining Ausbildung

21.01.-15.01.2019 Gedächtnistraining Teil II (Ausbildungsgang 2018/2019)	S. 3
24.06.-28.06.2019 Gedächtnistraining Teil III (Abschluss Ausbildungsgang 2018/2019)	S. 4
21.11.-25.11.2019 Gedächtnistraining Teil I (Beginn einer neuen Ausbildung) (Ausbildungsteile II und III folgen in 2020)	S. 5

Gedächtnistraining Fortbildung

17.05.-19.05.2019 Thema: „Wie war das denn?“ Biografisches Arbeiten	S. 6
23.08.-25.08.2019 Thema: „Um die Ecke gedacht...“	S. 7

Seminare für die Arbeit mit Senioren

Seniorenarbeit von Kopf bis Fuß

15.11.-18.11.2019 Ein Mix aus Gedächtnistraining und Bewegung	S. 8
--	------

Seniorenachmittage attraktiv gestalten

22.02.2019 Teil 1	:	S. 9
26.04.2019 Teil 2		S. 10
29.11.2019 Teil 3		S. 11

Gedächtnistraining in der kriminalpräventiven Seniorenarbeit: Taschendiebstahl

05.04.2019 und 30.08.2019	S. 12
----------------------------------	-------

„Wäscheklammern und Lockenwickler“ – Begegnungen mit alten Menschen

11.01.-13.01.2019 neuer Termin wird noch bekannt gegeben	S. 13
---	-------

Gymnastik

Gymnastik Ausbildung

04.02.-08.02.2019 Gymnastik Abschlusslehrgang	S. 14
02.09.-06.09.2018 Grundlehrgang (Beginn einer neuen Ausbildung)	S. 15
28.10.-01.11.2019 Gymnastik Aufbaulehrgang	S. 16

Gymnastik Fortbildung

1. Termin: 22.02.-25.02.2019 Thema: Rückenschule	S. 17
2. Termin: 05.04.-08.04.2019 Thema: Ein bunter Mix von Ideen f. die Übungsstunden	S. 17
3. Termin: 15.08.-18.08.2019 Thema: Rhythmik und mehr	S. 17
4. Termin: 29.11.-02.12.2019 Thema: Beckenbodentraining und Pilates	S. 17

Tanzen

08.03.-11.03.2019 Fortbildung entfällt	S. 18
---	-------

Wassergymnastik

08.11.-10.11.2019 Fortbildung	S. 19
--------------------------------------	-------

Yoga

Yoga Ausbildung

01.04.-05.04.2019 Ausbildung Teil IV (Abschluss der Ausbildung aus 2017/2018)	S. 20
26.08.-30.08.2019 Ausbildung Teil I (Beginn einer neuen Ausbildung bis 2021)	S. 21

Yoga Fortbildung

1. Termin: 21.06.-23.06.2019 Thema: Yoga und Faszien

S. 22

2. Termin: 01.11.-03.11.2019 Thema: Yoga und Meditation

S. 22

Anmeldeformular

S. 23

Datenschutzerklärung für Teilnehmende

S. 24

Gesundheitsförderung

Titel:	Gedächtnistraining Teil II (zweiter Teil des Ausbildungsganges 2018/2019)
Datum:	21.01.-25.01.2019
Beschreibung:	Dieser Lehrgang ist Teil II der 3-stufigen Ausbildung zur Übungsleitung für Gedächtnistraining. Die Ausbildung erfolgt in Zusammenarbeit mit einer Dozentin vom Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT). Gedächtnis- und Konzentrationstraining trägt zur Steigerung der Gehirnleistung und der Lebensqualität bei und ist mit vielfältigen Merk- und Konzentrationstechniken für alle Altersstufen geeignet.
Zielgruppe:	Haupt- oder ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die zukünftig ein Gruppenangebot im Gedächtnistraining leiten möchten: <ul style="list-style-type: none">• Ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in der Seniorenarbeit wie z. B. Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen, Mehrgenerationenhäusern sowie• Aktive in DRK-Ortsvereinen.• Geeignet für Ergotherapeuten und Altenpflegekräfte, die eine berufliche Zusatzqualifizierung anstreben.• Übungsleitungen aus allen Gesundheitsprogrammen.
Voraussetzungen:	Teil I Gedächtnistraining Für DRK-Mitarbeiter*innen: bis zum Ende der Ausbildung Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Lehrgangsort:	Deutsches Rotes Kreuz Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
Referentin:	Margaretha Hunfeld Ausbildungsreferentin BVGT, zertifizierte Trainerin IHK
Kosten:	165,00 € incl. MwSt. und Materialkosten von ca. 60,00 € pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 390,00 € Teilnahmegebühr. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 21.01.2019 bis 11.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 25.01.2019 ca. 14.00 Uhr
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
Anmeldung bis:	Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Gedächtnistraining Teil III**
(Abschluss der dreiteiligen Ausbildung 2018/2019)
- Datum:** 24.06.-28.06.2019
- Beschreibung:** Dieser Lehrgang ist der letzte Teil der 3-stufigen Ausbildung Im Gedächtnistraining.
Die Ausbildung erfolgt in Zusammenarbeit mit einer Dozentin vom Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT).
Der Abschluss beinhaltet eine Hausarbeit und eine theoretische/praktische Lehrprobe. Damit verbunden ist der Erwerb eines DRK-Lehrscheins bzw. Zertifikats.
Es besteht die Möglichkeit, im BVGT Mitglied zu werden und damit gleichzeitig das Zertifikat des BVGT zu erlangen.
- Zielgruppe:** Haupt- oder ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die zukünftig ein Gruppenangebot im Gedächtnistraining leiten möchten:
- Ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in der Seniorenarbeit wie z. B. Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen, Mehrgenerationenhäusern sowie
 - Aktive in DRK-Ortsvereinen.
 - Ergotherapeuten, Altenpflegekräfte, die eine berufliche Zusatzqualifizierung anstreben.
 - Übungsleitungen aus allen Gesundheitsprogrammen.
- Voraussetzungen:** Teil I und Teil II Gedächtnistraining
Für DRK-Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen: Erste Hilfe Nachweis bis zum Ausbildungsabschluss (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1,31812 Bad Pyrmont
- Referentin:** Margaretha Hunfeld
Ausbildungsreferentin BVGT, zertifizierte Trainerin IHK
- Kosten:** 165,00 € incl. MwSt. und Materialkosten von ca. 60,00 € pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 390,00 € Teilnahmegebühr.
Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 24.06.2019 bis 11.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 28.06.2019 ca. 14.00 Uhr
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Titel:	Gedächtnistraining Teil I (Beginn einer neuen dreiteiligen Ausbildung - die Teile II und III folgen in 2020)
Datum:	21.11.-25.11.2019
Beschreibung:	Teil I ist der Start in die 3-stufige Ausbildung im Gedächtnistraining. Die Ausbildung erfolgt in Zusammenarbeit mit einer Dozentin vom Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT). Gedächtnis- und Konzentrationstraining trägt zur Steigerung der Gehirnleistung und der Lebensqualität bei und ist mit Merk- und Konzentrationstechniken für alle Altersstufen geeignet.
Zielgruppe:	Haupt- oder ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die zukünftig ein Gruppenangebot im Gedächtnistraining leiten möchten: <ul style="list-style-type: none">• Ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in der Seniorenarbeit wie z. B. Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen, Mehrgenerationenhäusern sowie• Aktive in DRK-Ortsvereinen.• Ergotherapeuten und Altenpflegekräfte, die eine berufliche Zusatzqualifizierung anstreben.• Übungsleitungen aus allen Gesundheitsprogrammen.
Voraussetzungen:	Für DRK-Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen: Erste Hilfe Nachweis bis zum Ausbildungsabschluss (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Lehrgangsort:	Deutsches Rotes Kreuz Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
Referentin:	Margaretha Hunfeld Ausbildungsreferentin BVGT, zertifizierte Trainerin IHK
Kosten:	165,00 € incl. MwSt. und Materialkosten von ca. 60,00 € pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 390,00 € Teilnahmegebühr. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 21.11.2019 bis 11.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 25.11.2019 ca. 14.00 Uhr
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
Anmeldung bis:	Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Titel:	Fortbildung im Gedächtnistraining
Datum:	17.05. - 19.05.2019 Thema: „Wie war das denn?“ Biografisches Arbeiten im Gedächtnistraining
Beschreibung:	Die Fortbildungen greifen aktuelle Themen und Entwicklungen im Gedächtnistraining auf und erfolgen in Zusammenarbeit mit Dozentinnen vom Bundesverband Gedächtnistraining (BVG). Die Teilnahme an einer Fortbildung führt zu einer Lehrschein-/Zertifikatverlängerung um weitere 3 Jahre. Mit dieser Fortbildung kann auch das BVGT Zertifikat verlängert werden. In dieser Fortbildung: Sie haben das Biografische Arbeiten in der Ausbildung kennengelernt und sind diesem Bereich im praktischen Arbeiten noch nicht näher gekommen? Dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt dafür! In diesem Seminar lernen Sie Methoden, Material und Möglichkeiten des Biografischen Arbeitens kennen. Ihr Handwerkzeug erweitert sich von Impulsgebern, erprobten Methoden bis hin zu den effektiven Methoden des kreativen Schreibens. Unterschiedliche Themenstunden für verschiedene Altersgruppen werden erstellt und Sie erhalten Tipps im Umgang mit Emotionen. Eine weitere Fortbildung im Gedächtnistraining finden Sie auf Seite 7.
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die als Gedächtnistrainer tätig sind. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot“ für die Ausbildung im Gedächtnistraining nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	DRK-Gedächtnistrainer und -trainerinnen: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Ulrike Ehrenberg Fachreferentin BVGT, zertifizierte Trainerin IHK 120,00 € incl. MwSt. plus evtl. Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Kosten:	Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 240,00 € Teilnehmerbeitrag. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 17.05.2019 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 19.05.2019 spätestens 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	Deutsches Rotes Kreuz Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
Anmeldung bis:	Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Titel:	Fortbildung im Gedächtnistraining
Datum:	23.08. - 25.08.2019
Beschreibung:	Thema: „Um die Ecke gedacht...“ Die Fortbildungen greifen aktuelle Themen und Entwicklungen im Gedächtnistraining auf und erfolgen in Zusammenarbeit mit Dozentinnen vom Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT). Unter dem Aspekt der Qualitätssicherung ist der DRK-Übungsleiterschein bzw. das Zertifikat jeweils 3 Jahre gültig. Die Teilnahme an einer Fortbildung führt zu einer Lehrschein-/Zertifikatverlängerung um weitere 3 Jahre und gilt auch für eine BVGT-Zertifikatsverlängerung. In dieser Fortbildung geht es um Übungen, die oft zu den Lieblingsübungen der Teilnehmenden im Gedächtnistraining zählen, z.B. Teekesselchen oder Umschreibungen für Dinge im Alltag mit Aha-Effekt. Die Teilnehmenden entwickeln selbst Wortspielereien aus verschiedenen Bereichen z.B. Sprichwörtern. Dabei berücksichtigt die Fortbildung Übungen für die schwächeren und auch für die stärkeren Teilnehmenden unserer Gruppen. Gerade bei den „um die Ecke gedachten“ Übungen gilt es, die Methodik zu gestalten, dass die Übungen auch für kognitiv eingeschränkte Menschen lösbar sind. Übungen zum Querdenken und anspruchsvolle Übungen für die sehr starken Teilnehmenden unserer Trainings sind ebenfalls Bestandteil. Die Fortbildung vermittelt, schnell und differenziert nach Zielgruppe, Übungen rund um die Trainingsbereiche Assoziatives Denken, Wortfindung und Denkflexibilität zu erstellen. Die Fortbildung beinhaltet den Austausch der Trainer und Trainerinnen und kollegiale Gespräche über problematische Situationen. Eine weitere Fortbildung für das Gedächtnistraining finden Sie auf Seite 6.
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die als Gedächtnistrainer tätig sind. Interessenten und Interessentinnen, die den Lehrgang als „Schnupperangebot“ für die Ausbildung im Gedächtnistraining nutzen möchten: bitte anfragen!
Voraussetzungen:	DRK-Gedächtnistrainer und -trainerinnen: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
Referentin:	Margaretha Hunfeld Ausbildungsreferentin BVGT, zertifizierte Trainerin IHK
Kosten:	120,00 € incl. MwSt. plus evtl. Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 240,00 € Teilnehmergebühr. Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 23.08.2019 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 25.08.2019 spätestens 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	Deutsches Rotes Kreuz Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Anmeldung bis:	Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377 Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Seniorenarbeit von Kopf bis Fuß**
- Datum:** **15.11.- 18.11.2019**
- Beschreibung:** Bewegung im Sitzen und Übungen zum Gedächtnistraining eignen sich perfekt für eine anspruchsvolle Seniorenarbeit. Durch die Kombination von Bewegungsfolgen (zur Musik) und des zielgruppengerechten Gedächtnistrainings mit spielerischen Elementen gelingt es, bei schwächeren Menschen vorhandene Kompetenzen länger aufrecht zu erhalten. Hierzu bietet das Seminar eine Fülle von konkreten Anregungen und Übungen. Übungen für die Zielgruppe der „fitten“ älteren Menschen in der offenen Seniorenarbeit finden ebenfalls Beachtung. Die Lehrgangsteilnehmenden erhalten ein Skript bzw. eine CD für den Einsatz in der Seniorenarbeit.
Bitte beachten Sie: Die Themen dieses Seminars eignen sich nicht für Teilnehmende, die ausschließlich mit Menschen mit fortgeschrittener Demenz arbeiten.
- Zielgruppe:** Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen z.B. in Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen, Mehrgenerationenhäusern sowie Aktive in DRK-Ortsvereinen.
- Referentinnen:** Ulrike Ehrenberg, Bundesverband für Gedächtnistraining
Irene Buttler, DRK-Lehrbeauftragte Gymnastik
- Kosten:** 170,00€ incl. MwSt. incl. Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 250,00 € Teilnehmergebühr.
Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 15.11.2019 bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 18.11.2019 ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Titel:	Seniorenachmittage attraktiv gestalten (Teil 1) (die Teile 1, 2 und 3 bauen nicht aufeinander auf und sind voneinander unabhängig)
Datum:	Tagesseminar am 22.02.2019 in Hannover
Beschreibung:	Wie gestalte ich die Seniorenachmittage in einem Ortsverein attraktiv, wenn mehr als Kaffee und Kuchen auf dem Programm stehen sollen? Sie können in das Thema ohne Vorkenntnisse frisch einsteigen. Wenn Sie Teil 2 oder Teil 3 schon in den Vorjahren absolviert haben, finden Sie „neues Futter“ in diesem weiteren Teil. In diesem Tagesseminar geben wir Tipps und Anleitungen wie mit den Methoden des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings spannende und unterhaltsame Einheiten entstehen, die den Seniorenachmittage zu einem humorvollen, kommunikativen Ereignis werden lassen. Wir stellen Ihnen aus folgenden Bereichen Übungen und Spielanleitungen vor: - ein Quiz rund um das Wissen älterer Menschen, - der Einsatz humorvoller Texte, - Konzentrationsspiele, die nicht überfordern, - Spiele mit der Sprache. Die angebotenen Übungen eignen sich jeweils unterschiedlich für die „kleine Runde“ mit bis zu 20 Teilnehmer am Seniorenachmittage als auch für größere Gruppen. Weitere Tagesseminare zum Seniorenachmittage finden Sie auf den Seiten 10 und 11.
Zielgruppe:	Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Bereich der Altenhilfe und in Mehrgenerationenhäusern sowie Aktive in Ortsvereinen.
Referentinnen:	Margaretha Hunfeld und Ulrike Ehrenberg, Dozentinnen BVGT und zertifizierte Trainerinnen IHK
Kosten:	90,00 € incl. MwSt. pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 110,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.
Lehrgangsbeginn:	Anreise bis 09.30 Uhr und Ankommen bei Kaffee/Tee, Seminarbeginn 10.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise ca. 17.00 Uhr
Lehrgangsort:	DRK-Seminar- und Tagungszentrum Buchholzer Straße 76/ Anfahrt über Am Nordfeld 30629 Hannover-Misburg
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
Anmeldung bis:	Schriftlich bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Seniorennachmittage attraktiv gestalten (Teil 2)**
(die Teile 1, 2 und 3 bauen nicht aufeinander auf und sind voneinander unabhängig)
- Datum:** **Tagesseminar am 26.04.2019 in Misburg**
- Beschreibung:** Wie gestalte ich die Seniorennachmittage in einem Ortsverein attraktiv, wenn mehr als Kaffee und Kuchen auf dem Programm stehen sollen?
Auch, wenn Sie bereits in 2016, 2017 oder in diesem Jahr schon am Teil 1 oder Teil 3 teilgenommen haben, finden Sie hier ebenfalls viele neue Anregungen.
Dieses Tagesseminar lädt Sie u.a. dazu ein, für Ihre Aktivitäten weitere interessante Anregungen mitzunehmen. Die in diesem Tagesseminar angebotenen Übungen eignen sich für Seniorennachmittage sowohl in der „kleinen Runde“ mit bis zu 20 Teilnehmern als auch für Seniorennachmittage in größeren Gruppen. Sie erhalten umfangreiches Material, mit dem Sie sofort starten können.
Weitere Tagesseminare zum Seniorennachmittag finden Sie auf den Seiten 9 und 11.
- Zielgruppe:** Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Bereich der Altenhilfe und in Mehrgenerationenhäusern sowie Aktive in Ortsvereinen.
- Referent/innen:** Margaretha Hunfeld und Ulrike Ehrenberg,
Dozentinnen BVGT und zertifizierte Trainerinnen IHK
- Kosten:** 90,00 € incl. MwSt. pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 110,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise bis 09.30 Uhr und Ankommen bei Kaffee/Tee, Seminarbeginn 10.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise ca. 17.00 Uhr
- Lehrgangsort:** **DRK-Seminar- und Tagungszentrum
Buchholzer Straße 76/ Anfahrt über Am Nordfeld
30629 Hannover-Misburg**
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Seniorenachmittage attraktiv gestalten (Teil 3)**
(die Teile 1, 2 und 3 bauen nicht aufeinander auf und sind voneinander unabhängig)
- Datum:** **Tagesseminar am 29.11.2019 in Hannover**
- Beschreibung:** Wie gestalte ich die Seniorenachmittage in einem Ortsverein attraktiv, wenn mehr als Kaffee und Kuchen auf dem Programm stehen sollen.
Dieses Mal geht es um Ideen rund um das **Thema „Einmal durch das ganze Jahr“**. Dieses Tagesseminar lädt die Seminarteilnehmenden ein, weitere interessante Anregungen mit zu nehmen. Die in diesem Tagesseminar angebotenen Übungen eignen sich in gewohnter Weise für die „kleine Runde“ von bis zu 20 Teilnehmern am Seniorenachmittag als auch für größere Gruppen.
Sie erhalten umfangreiches Material, mit dem Sie sofort starten können.
Weitere Tagesseminare zum Seniorenachmittag finden Sie auf den Seiten 9 und 10.
- Zielgruppe:** Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Bereich der Altenhilfe und in Mehrgenerationenhäusern sowie Aktive in Ortsvereinen.
- Referentinnen:** Margaretha Hunfeld und Ulrike Ehrenberg,
Dozentinnen BVGT und zertifizierte
Trainerinnen IHK
- Kosten:** 90,00 € incl. MwSt. pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 110,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise bis 09.30 Uhr und Ankommen bei Kaffee/Tee, Seminarbeginn 10.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise ca. 17.00 Uhr
- Lehrgangsort:** **DRK-Seminar- und Tagungszentrum
Buchholzer Straße 76/ Anfahrt über Am Nordfeld
30629 Hannover-Misburg**
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Tagesseminar Seniorenarbeit
„Gedächtnistraining zur Kriminal-
prävention einsetzen“**
zum Thema Taschendiebstahl
- Datum:** 5.04.2019/dasselbe Programm noch einmal am 30.08.2019
- Beschreibung:** Die Polizei und andere Institutionen informieren die Bevölkerung seit vielen Jahren über die Möglichkeiten, sich vor Straftaten zu schützen. Grundsätzlich gilt: werden die polizeilichen Verhaltens-empfehlungen befolgt, dann sinkt das Risiko, Opfer einer Straftat zu werden. Nicht jedem gelingt es jedoch, diese Empfehlungen dauerhaft im Gedächtnis zu verankern und praktisch umzusetzen. Oft nimmt die Gedächtnisleistung mit zunehmendem Alter ab. In diesem eintägigen Seminar lernen die Teilnehmenden verschiedene themenbezogene Techniken des Gedächtnistrainings kennen, um ohne großen Aufwand z.B. in 2 bis maximal 4 Stunden die empfohlenen Verhaltensweisen an ältere Menschen weitergeben zu können. Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt:
- Problem Taschendiebstahl
 - Empfehlungen der Polizei
 - Empfehlungen für die Aufbewahrung von Geld und Wertsachen
 - Verschiedene Merktechniken
 - Bewegungsübungen zum Thema.
- Zielgruppe:** Ehren-, neben-, und hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Seniorenarbeit wie z.B. in Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen, in der Tagespflege sowie Aktive in DRK-Ortsvereinen.
Das Seminar umfasst 8 Unterrichtseinheiten.
- Voraussetzungen:** Dieses Seminar richtet sich sowohl an **Interessierte ohne Vorkenntnisse im Gedächtnistraining.**
- Referent:** Manfred Nöger, Fachreferent des Bundesverbandes Gedächtnistraining (BVGT) e.V.
- Kosten:** 90,00 € incl. MWSt. (einschl. Verpflegung/Getränke und Seminarmanual) bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler*innen und Teilnehmende anderer DRK-Landesverbände oder anderer Träger zahlen 120,00 € Teilnehmergebühr incl. MwSt.- Für Abmeldungen ab 7 Tage vor Seminarbeginn fallen Stornokosten in Höhe von 60,00 € an.
- Lehrgangsbeginn:** ab 9.00 Uhr Stehcafé/ Seminarbeginn 9.30 Uhr
- Lehrgangsende:** Seminarende um 17.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz, Landesverband Niedersachsen e.V., in Hannover, Erwinstr. 8, Seminarräume 1+2 im Erdgeschoss
DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung an:**
- Anmeldung bis:** Bitte schriftlich – auch kurzfristig möglich – bitte anfragen

Gesundheitsförderung

Titel:	„Wäscheklammern und Lockenwickler“ – Begegnungen mit alten Menschen
Datum:	11.01. – 13.01.2019 neuer Termin wird noch ausgeschrieben
Beschreibung:	<p>Auf der Grundlage des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings vermitteln wir in diesem Seminar Angebote für die Arbeit mit Menschen mit Demenz und leichten kognitiven Einschränkungen.</p> <p>Mit Hilfe des biografischen Ansatzes, der Einbeziehung der Sinne in zielgruppeneignete Übungen und gestaltete Gesprächseinheiten bietet das Seminar folgende Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informationen zum Thema Demenz • Die Präsentation und Entwicklung von Zielgruppen gerechten thematischen Stundenbildern • Materialien für die Arbeit: Vorstellung und Ideensammlung • Bewegungseinheiten • Wertschätzung und Respekt im Umgang • Die Gesprächsführung und die Kommunikation mit Menschen mit Demenz • Die „gestaltete Mitte“ • Kollegiale Beratung
Zielgruppe:	Ehren-, neben-, und hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Seniorenarbeit wie z.B. in Seniorenheimen, Sozialstationen, in der Tagespflege sowie Aktive in DRK-Ortsvereinen. Das Seminar umfasst 16 Unterrichtseinheiten
Voraussetzungen:	Dieses Seminar richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse im Gedächtnistraining.
Referentinnen:	Margaretha Hunfeld und Ulrike Ehrenberg, Dozentinnen BVGT und Trainerinnen IHK.
Kosten:	178,00 € incl. MWSt. bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 240,00 € Teilnehmergebühr incl. MwSt.
Lehrgangsbeginn:	am ersten Seminartag: Seminarbeginn 14.00 Uhr
Lehrgangsende:	am zweiten Seminartag: Seminarende ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	Deutsches Rotes Kreuz, Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
Anmeldung bis:	Schriftlich bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Gymnastik Abschlusslehrgang**
(Abschluss der Ausbildung, die 2018 begonnen hat)
- Datum:** **04.02. - 08.02.2019**
- Beschreibung:** Dieser Lehrgang ist der dritte Teil einer 3-stufigen Ausbildung zur Übungsleitung für Gymnastik. Mit der Absolvierung der theoretischen/praktischen Lehrprobe erfolgt die Ausstellung des maximal 3 Jahre gültigen Lehrscheins bzw. Zertifikats. Innerhalb der nächsten 3 Jahre kann der Lehrschein bzw. das Zertifikat durch die Teilnahme an einer Gymnastik-Fortbildung verlängert werden. Fortbildungen finden Sie auf der Seite 14.
- Zielgruppe:** Der Lehrgang richtet sich an alle interessierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen (vornehmlich in der Seniorenarbeit) wie z. B. in Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen oder in Mehrgenerationenhäusern sowie an Aktive in Ortsvereinen.
- Voraussetzungen:** Grund- und Aufbaulehrgang „Gymnastik“, 20 UE Hospitation und Leitung einer Gymnastikgruppe. Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
- Referentin:** Irene Buttler,
DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik,
Sport- und Gymnastiklehrerin
- Kosten:** 150,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 300,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.
Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 04.02.2019 bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 08.02.2019 ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Gymnastik Grundlehrgang**
(Start einer neuen Ausbildung)
- Datum:** **02.09. - 06.09.2019**
- Beschreibung:** Gymnastik ist mehr als „nur“ körperliche Bewegung. Sie stärkt die Ausdauer und Koordination, unterstützt die Balance und Sturzprävention. Die Gymnastik trainiert für viele alltägliche Bewegungsabläufe und bringt die „Seele auf Trab“. Der Grundlehrgang ist der erste Teil einer 3-stufigen Ausbildung zur Übungsleitung für Gymnastik. Die drei Lehrgänge bauen aufeinander auf und umfassen jeweils 40 Unterrichtseinheiten. Die Ausbildung endet im Abschlusslehrgang (Frühjahr 2020) mit einer praktischen und theoretischen Lehrprobe.
- Zielgruppe:** Der Lehrgang richtet sich an alle interessierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen wie z. B. in Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenheimen, Sozialstationen, oder in Mehrgenerationenhäusern sowie an Aktive in Ortsvereinen.
- Voraussetzungen:** Spaß an Bewegung und Interesse an der Begleitung von Gruppen.
Bis zum Abschlusslehrgang Gymnastik Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
- Referentin:** Irene Buttler,
DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik,
Sport- und Gymnastiklehrerin
- Kosten:** 150,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 300,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.
Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 02.09.2019 bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 06.09.2019 ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511-28000- 326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Gymnastik Aufbaulehrgang**
- Datum:** **28.10. - 01.11.2019**
- Beschreibung:** Der Aufbaulehrgang ist der zweite Teil der 3-stufigen Ausbildung zur Übungsleitung für Gymnastik.
- Zielgruppe:** Der Lehrgang richtet sich an alle interessierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die ein Gruppenangebot Gymnastik leiten möchten. (Siehe auch die Angaben zur „Zielgruppe“ im Grundlehrgang Gymnastik auf Seite 12.)
- Voraussetzungen:** Die Teilnahme am Grundlehrgang „Gymnastik“, möglichst eine Hospitation in einer Gymnastikgruppe (20 UE)
Bis zum Abschlusslehrgang: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
- Referentin:** Irene Buttler,
DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik,
Sport- und Gymnastiklehrerin
- Kosten:** 150,00 € incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 300,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.
Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 28.10.2019 bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 01.11.2019 ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Titel: Fortbildungen für
Übungsleitungen „Gymnastik“

Datum: 1. Termin: 22.02.-25.02.2019 Thema: Rückenschule
2. Termin: 05.04.-08.04.2019 Thema: Ein bunter Mix von
Ideen für die Übungsstunden
3. Termin: 15.08.-18.08.2019 Thema: Rhythmik und mehr
4. Termin: 29.11.-02.12.2019 Thema: Pilates und
Beckenbodentraining

Beschreibung: Die Fortbildungen in der Gymnastik greifen aktuelle Themen und Entwicklungen in diesem Bereich auf. Die angebotenen Fortbildungen haben deshalb verschiedene Themenschwerpunkte zur Auswahl.
Die Teilnahme an einer Fortbildung Gymnastik führt zu einer Verlängerung des DRK-Lehrscheins bzw. eines Zertifikats um weitere 3 Jahre.

Zielgruppe: Übungsleitungen, die einen DRK-Lehrschein bzw. ein Zertifikat für Gymnastik haben.

Voraussetzungen: Nachweis über eine Erste-Hilfe-Fortbildung (9 UE) nicht älter als 2 Jahre

Referentinnen: 2. Termin, 3. Termin und 4. Termin - Irene Buttler, DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik, Sport- und Gymnastiklehrerin
1. Termin - Gussi von Eßen, DRK-Lehrbeauftragte für Gymnastik

Kosten: Kosten je Lehrgang:
135,00€ incl. MwSt. plus evtl. Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 255,00 € Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.

Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.

Lehrgangsbeginn: jeweils am ersten Lehrgangstag: Anreise bis 12.00 Uhr

Lehrgangsende: jeweils am letzten Lehrgangstag: Abreise ca. 14.00 Uhr

Lehrgangsort: Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont,
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont

Anmeldung an: DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377

Anmeldung bis: Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Fortbildung für Übungsleitungen
„Tanzen“**
- Datum:** ~~08.03. – 11.03.2019~~ kein Termin mehr 2019. Für 2020
neuer Termin in Planung.
- Beschreibung:** Die Fortbildung greift aktuelle Themen und Entwicklungen im
Tanzen auf.

Die Teilnahme an dieser Fortbildung führt zu einer
Lehrscheinverlängerung für ÜL Tanzen um weitere 3 Jahre.
- Zielgruppe:** Übungsleitungen, die einen Lehrschein für Tanzen haben.
- Voraussetzungen:** Nachweis über eine Erste-Hilfe-Fortbildung (9 UE) nicht älter
als 2 Jahre.
- Referentin:** Roswitha Dietz,
DRK Lehrbeauftragte für Tanzen
- Kosten:** 135,00€ incl. MwSt. plus evtl. Materialkosten pro Teil-
nehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in
Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-
Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 250,00 €
Teilnehmerbeitrag incl. MwSt.

Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 08.03.2019 bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 11.03.2019 ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Fortbildung für Übungsleitungen
„Wassergymnastik“**
- Datum:** **8.11.-10.11.2019**
- Beschreibung:** Die Fortbildung greift aktuelle Themen und Entwicklungen in der Wassergymnastik auf.
Die Teilnahme führt zu einer Lehrscheinverlängerung um weitere 3 Jahre.
Die Rettungsfähigkeit im Wasser wird gleichzeitig aufgefrischt.
- Zielgruppe:** Übungsleitungen, die einen Lehrschein für Wassergymnastik haben.
- Referent/innen:** Irene Buttler,
DRK Lehrbeauftragte für Gymnastik und Wassergymnastik,
Sport- und Gymnastiklehrerin.
Sigrid Soer, DLRG (Rettungsfähigkeit im Wasser)
- Kosten:** 160,00€ incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen..
Selbstzahler und Teilnehmer oder Teilnehmerinnen aus anderen DRK-Landesverbänden zahlen 270,00 €.
- Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am ersten Lehrgangstag bis 10.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am letzten Lehrgangstag ca. 17.30 Uhr
- Lehrgangsort:** **Burg Sternberg
Sternberger Straße 37,
32699 Extertal-Linderhofe**
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens vier Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** Yoga Ausbildungslehrgang Teil IV
- Datum:** 01.04. - 05.04.2019
- Beschreibung:** Dieser Lehrgang gehört zur 4-stufigen Ausbildung (bzw. 5-stufigen Ausbildung, wenn Sie zusätzlich den Lehrgang „Methodik/Didaktik“ besuchen).
Teil IV schließt die Ausbildung mit einer theoretischen und praktischen Lehrprobe ab.
Die Teilnehmenden erhalten einen DRK-Lehrschein (sofern sie für das DRK tätig sind) oder ein Zertifikat.
Lehrschein/Zertifikat haben 3 Jahre Gültigkeit und müssen in dem Zeitraum verlängert werden. Fortbildungsangebote finden Sie auf der Seite 22.
- Zielgruppe:** Interessenten und Interessentinnen, die zukünftig als Yogalehrende tätig sein möchten, Spaß an der Arbeit mit Gruppen haben sowie mindestens die Teile I bis III der Yoga-Ausbildung absolviert haben.
- Voraussetzungen:** Bis zum Abschluss der Yoga-Ausbildung: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).
- Referentin:** Käthi Rodenbeck
DRK Lehrbeauftragte für Yoga
- Kosten:** 140,00€ incl. MwSt. plus Lehrgangsmaterial pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.
Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 370,00 € Teilnehmergebühr incl. MwSt.

Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** Anreise am 01.04.2019 bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** Abreise am 05.04.2019 ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz
Landesschule Bad Pyrmont
Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
- Anmeldung bis:** Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

Titel:	Yoga Ausbildungslehrgang Teil I
Datum:	26.08. - 30.08.2019
Beschreibung:	<p>Mit diesem Lehrgang startet eine neue Ausbildung zum DRK-Yoga-Lehrer oder zur Yoga-Lehrerin. Der Lehrgang erstreckt sich über ca. zwei Jahre und umfasst vier Ausbildungsabschnitte (bzw. 5 Abschnitte, wenn Sie während der Ausbildung zusätzlich den Lehrgang „Methodik/Didaktik“ besuchen).</p> <p>Die Ausbildung zum Yoga-Lehrer ist eine vertiefte Einführung in die Körper-, Atem- und Entspannungstechniken des Hatha-Yoga. Es wird die Befähigung zur Leitung von Yogakursen nach dem DRK-Yoga-Stufenmodell vermittelt, einer schonende Yoga-Form, die sich auch für ältere Menschen und Teilnehmer mit Einschränkungen eignet.</p>
Zielgruppe:	Interessierte Frauen und Männer, die zukünftig Yogakurse leiten möchten.
Voraussetzungen:	<p>Die Teilnehmenden müssen bereits eigene Erfahrungen als Yoga-Teilnehmer über einen Zeitraum von 2 Jahren (mit Nachweis) mitbringen.</p> <p>Bis zum Abschluss der Yoga-Ausbildung: Erste Hilfe Nachweis (Erste-Hilfe-Ausbildung mit 9 UE oder Erste-Hilfe-Fortbildung mit 9 UE nicht älter als 2 Jahre).</p>
Referentin:	Dr. Melanie Thielking DRK-Lehrbeauftragte für Yoga
Kosten:	<p>160,00€ incl. MwSt. plus Lehrgangsmaterial pro Teilnehmer oder Teilnehmerin bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen.</p> <p>Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen 380,00 € Teilnehmergebühr incl. MwSt.</p> <p>Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.</p>
Lehrgangsbeginn:	Anreise am 26.08.2019 bis 12.00 Uhr
Lehrgangsende:	Abreise am 30.08.2019 ca. 14.00 Uhr
Lehrgangsort:	Deutsches Rotes Kreuz Landesschule Bad Pyrmont Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
Anmeldung an:	DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer, Erwinstr. 7, 30175 Hannover E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377
Anmeldung bis:	Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Gesundheitsförderung

- Titel:** **Fortbildung für Yogalehrer und Yogalehrerinnen**
- Datum:** 1. Termin: 21.06.-23.06.2019 Thema: „Yoga und Faszien“
2. Termin: 01.11.-03.11.2019 Thema: „Yoga und Meditation“
- Beschreibung:** Für die Verlängerung des DRK-Lehrscheins oder des Zertifikats benötigen Sie 32 Unterrichtseinheiten (UE) im Zeitraum von jeweils 3 Jahren.
Bitte beachten Sie: Jede der o.g. Fortbildungen umfasst jeweils 16 UE, da sie als kompakte Einheiten jeweils über ein Wochenende angeboten werden.
- 1. Termin: „Yoga und Faszien“**
„Faszien“ sind in aller Munde – doch kaum jemand kennt sie wirklich. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse machen deutlich, welche immense Bedeutung die Faszien/das Bindegewebe für die Gesundheit des Menschen haben. In dieser Fortbildung für Yoga-Lehrer/Lehrerinnen wird erläutert, was Faszien sind und wie die myofaszialen Leitbahnen mit den Asanas in Verbindung stehen. In praktischen Übungen werden schonende Körperhaltungen eingeübt, die die Faszien dehnen, stimulieren und wieder geschmeidig machen.
- 2. Termin: Yoga und Meditation“**
Meditation ist wesentlicher Bestandteil des Yoga. Wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen, wie außerordentlich günstig sich Meditation auf den Menschen auswirkt und uns darin unterstützen kann, Stress abzubauen und den Geist nachhaltig zu stabilisieren. In der Fortbildung geht der Fokus noch einmal auf die Grundzüge der Meditation und ihren Stellenwert für den Übenden. Wie immer sind jede Menge Übungen dabei.
Bereits ausgebildete Yoga-Lehrer und Yoga-Lehrerinnen.
- Zielgruppe:** Bereits ausgebildete Yoga-Lehrer und Yoga-Lehrerinnen.
- Voraussetzungen:** Nachweis über eine Erste-Hilfe-Fortbildung (9 UE) nicht älter als 2 Jahre
- Referentinnen:** 1. Termin: Dr. Melanie Thielking, DRK-Lehrbeauftragte für Yoga
2. Termin: Cornelia Knösel, Diplom-Pädagogin und DRK-Lehrbeauftragte für Yoga
- Kosten:** je Lehrgang:
130,00€ incl. MwSt. plus Materialkosten pro Teilnehmer und Teilnehmerinnen bei Anmeldung über das DRK in Niedersachsen. Selbstzahler und Teilnehmende aus anderen DRK-Landesverbänden oder anderer Träger zahlen einen Teilnehmerbeitrag von 230,00 € incl. MwSt.
Bildungsurlaub gemäß § 10 Abs. 1 NBildUG ist beantragt.
- Lehrgangsbeginn:** jeweils am ersten Lehrgangstag: Anreise bis 12.00 Uhr
- Lehrgangsende:** jeweils am letzten Lehrgangstag: Abreise ca. 14.00 Uhr
- Lehrgangsort:** Deutsches Rotes Kreuz, Landesschule Bad Pyrmont, Jägerweg 1, 31812 Bad Pyrmont
- Anmeldung an:** DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/FB 2 – Ilona Voltmer,
Erwinstr. 7, 30175 Hannover
E-Mail: ilona.voltmer@drklvnds.de
Telefon: 0511 28000-326, Telefax: 0511 28000-377

Anmeldung bis: Schriftlich bis spätestens acht Wochen vor Lehrgangsbeginn.

Anmeldeformular

Deutsches Rotes Kreuz
Landesverband Niedersachsen e. V.
Abteilung III/2 Frau Voltmer (Fax: 0511 28000-377)
Erwinstraße 7
30175 Hannover

DRK Kreisverband/Ortsverein _____

Anmeldung

Aus dem Bereich unseres Kreisverbandes/Ortsvereines melde ich mich verbindlich an:

Frau Herr

Name, Vorname: _____

Straße, PLZ, Ort: _____

E-Mail-Adresse: _____

Telefon: _____

Funktion im DRK: _____

Veranstaltungstitel: _____

Veranstaltungsort: _____

Beginn/Datum: _____

Ende/Datum: _____

Rechnungsempfänger:

(Bitte vollständige Anschrift)

Ich habe die **Information zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten im Seminarmanagement** zur Kenntnis genommen und akzeptiere diese.

Datum

Unterschrift Teilnehmer/in

Unterschrift, Stempel, KV, OV

Information zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten im Seminarmanagement hier: Teilnehmer

Informationen zum Umgang mit Ihren Daten und Rechten nach Art. 13, 14 und 21 der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO).

Hiermit informieren wir Sie über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten durch den DRK-Landesverband Niedersachsen e.V. und die Ihnen nach dem Datenschutzrecht zustehenden Rechte.

Für die Datenverarbeitung verantwortliche Stelle und Datenschutzbeauftragter

Verantwortlicher für die Datenverarbeitung ist

DRK-Landesverband Niedersachsen e. V.
Erwinstraße 7
30175 Hannover
Telefon: 0511-28000-0
Fax: 0511-28000-177
E-Mail-Adresse: info@drklvnds.de

Unsere **Datenschutzbeauftragten** (Rudolf Klotzbücher) erreichen Sie unter der o.g. Adresse oder unter: E-Mail-Adresse: datenschutz@drklvnds.de. Die Kontaktdaten sind darüber hinaus im Internet/Intranet unter www.drklvnds.de verfügbar.

Genutzte Datenkategorien und Quelle der Daten

Zu den verarbeiteten Kategorien personenbezogener Daten gehören insbesondere Vorname, Nachname, Funktion im DRK, E-Mail, Telefon, Fax, Anschrift Rechnungsempfänger, Anschrift entsendende Stelle und die bei der Nutzung der IT-Systeme anfallenden Protokolldaten.

Ihre personenbezogenen Daten senden Sie uns im Rahmen Ihrer Anmeldung und der Durchführung des Seminars oder einer Ausbildungsreihe mit einer Folge von bis zu vier Veranstaltungen zu. Daneben können wir Daten von Dritten (z. B. DRK-Kreisverbänden) erhalten haben.

Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten unter Beachtung der Bestimmungen der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) und des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG).

Die Datenverarbeitung dient der Durchführung des Seminarmanagement. Mit der Einreichung Ihrer Teilnehmerdaten willigen Sie in die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nach Art. 6 Abs. 1 b) DS-GVO ein.

Sollten wir beabsichtigen, Ihre personenbezogenen Daten für einen anderen Zweck zu verarbeiten, werden Sie im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen vorab darüber informiert.

Datenübermittlung

Innerhalb des DRK-Landesverbandes Niedersachsen e. V. erhalten nur die Personen und Stellen (z. B. Finanzbuchhaltung) Ihre personenbezogenen Daten, die diese zur Erfüllung unserer vertraglichen und gesetzlichen Pflichten am Seminarmanagement benötigen.

Zur Erfüllung unserer vertraglichen und gesetzlichen Pflichten bedienen wir uns zum Teil unterschiedlicher Dienstleister. Ihre personenbezogenen Daten werden wir ggf. an den in der Seminaurausschreibung genannten Dozenten weiterleiten, soweit dies zur Durchführung des Seminars erforderlich ist.

Betroffenenrechte

Nach der Datenschutz-Grundverordnung stehen Ihnen folgende Rechte zu:

Werden Ihre personenbezogenen Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO).

Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO).

Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen sowie Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen (Art. 17, 18 und 21 DSGVO).

Wenn Sie in die Datenverarbeitung eingewilligt haben oder ein Vertrag zur Datenverarbeitung besteht und die Datenverarbeitung mithilfe automatisierter Verfahren durchgeführt wird, steht Ihnen gegebenenfalls ein Recht auf Datenübertragbarkeit zu (Art. 20 DSGVO).

Sollten Sie von Ihren oben genannten Rechten Gebrauch machen, prüft der DRK-Landesverband e. V., ob die gesetzlichen Voraussetzungen hierfür erfüllt sind.

Beschwerderecht

Sie haben die Möglichkeit, sich mit einer Beschwerde an den oben genannten Datenschutzbeauftragten oder an unsere Datenschutzaufsichtsbehörde zu wenden. Unsere Datenschutzaufsichtsbehörde erreichen Sie unter:

Landesbeauftragte für den Datenschutz Niedersachsen
Prinzenstraße 5
30159 Hannover
Telefon 0511-120 4500

Dauer der Speicherung der personenbezogenen Daten

Sind Ihre Daten für die Erfüllung des Seminars oder einer Ausbildungsreihe mit einer Folge von bis zu vier Veranstaltungen oder gesetzlichen Pflichten nicht mehr erforderlich, werden wir diese umgehend löschen, es sei denn, ihre befristete Weiterverarbeitung ist zu folgenden Zwecken erforderlich:

- Erfüllung handels- und steuerrechtlichen Aufbewahrungsfristen. Zu nennen sind das Handelsgesetzbuch und die Abgabenordnung. Die dort vorgegebenen Fristen zur Aufbewahrung bzw. Dokumentation betragen bis zu zehn Jahre.
- Erhaltung von Beweismitteln im Rahmen der Verjährungsvorschriften. Nach den §§ 195 ff. des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) können diese Verjährungsfristen bis zu 30 Jahren betragen, wobei die regelmäßige Verjährungsfrist drei Jahre beträgt.

Widerrufsrecht bei Einwilligung

Wenn Sie in die Verarbeitung durch den DRK-Landesverband Niedersachsen e. V. durch eine entsprechende Erklärung eingewilligt haben, können Sie die Einwilligung jederzeit für die Zukunft widerrufen. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Datenverarbeitung wird durch diesen nicht berührt. In diesem Fall endet für uns die weitere die Nutzung Ihrer Daten für unser Seminarmanagement.

Pflicht zur Bereitstellung der Daten

Um an Seminaren teilzunehmen sind Sie verpflichtet, Ihre Daten anzugeben. Ihre Daten benötigen wir für die administrative Durchführung unseres Seminarmanagement. Wenn Sie die erforderlichen Daten nicht angeben, kann Ihre Anmeldung nicht berücksichtigt werden.