



Impulse e.V.

SCHULE FÜR FREIE GESUNDHEITSBERUFE

Fachfortbildung

Die Gesundheit der „grauen Zellen“

Rubensstraße 20a - 42329 Wuppertal
Tel. 0202 73954-0 - Fax 0202 73954-12
info@impulse-schule.de
www.impulse-schule.de
Sparkasse Wuppertal
IBAN DE26 3305 0000 0000 6098 42
BIC WUPSDE33

Die Gesundheit der „grauen Zellen“

Die sog. Lifestyle-Erkrankungen – Diabetes mellitus, Adipositas, entgleister Cholesterinspiegel oder das Metabolische Syndrom –, an denen immer mehr Menschen erkranken, haben auch einen schlechten Einfluss auf die Gesundheit der grauen Zellen. Beispielsweise erhöhen diese Erkrankungen das Risiko einer Demenz. Ihren „Lifestyle“ – dabei geht es um die Lebensbereiche Ernährung, Bewegung und den Umgang mit Stress – können Sie aber selber aktiv beeinflussen.

Inzwischen mehrt sich die Erkenntnis, dass mit einer qualitativ hochwertigen, ausgewogenen, individuellen Ernährung, regelmäßiger Bewegung für Körper und Geist und einem Ausgleich zwischen An- und Entspannung die Leistungsfähigkeit der grauen Zellen positiv beeinflusst und auch der Beginn einer Demenz oder der Verlauf dieser Erkrankung verzögert werden kann. Heilkräuter können die Gesundheit der „grauen Zellen“ zusätzlich unterstützen.

Diese Fachfortbildung zeigt auf, welche Ernährung das Gehirn für eine reibungslose Funktion braucht und welche vermieden werden sollte. Sie gibt Informationen über die Zusammenhänge zwischen körperlicher und geistiger Bewegung, Beweglichkeit und Stress auf die Gehirnleistung. Ergänzend kommt ein kleiner Einblick zu verschiedenen Heilkräutern hinzu, die hilfreich bei Anspannung, Schlafproblemen und auf die Gehirnfunktion wirken. Zusätzlich gibt sie einen Überblick über dementielle Erkrankungen. Am Beispiel der Demenz vom Alzheimer Typ informiert sie über den Verlauf einer Demenz und Behandlungsmöglichkeiten sowie aktuelle medizinische Erkenntnisse – im Sinne einer Demenzprävention!

Diese Fachfortbildung richtet sich an Menschen, denen es um die eigene Gehirngesundheit geht als auch an pflegende Angehörige und Mitarbeiter/innen aus Pflege und Betreuung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Selbstverständlich ist Zeit für Ihre Fragen.

Bitte bringen Sie ein abgepacktes Nahrungsmittel – sofern vorhanden – aus Ihrem Vorrats- oder Kühlschrank mit, damit wir einen Blick auf die Inhaltsstoffe werfen können. Für Rückfragen bin ich unter info@pia-nissima.de zu erreichen.

Dozentin:

Pia Grebe, Gesundheitsberaterin, Dipl. Sozialarbeiterin

Seminarzeiten:

Samstag 11.00 – 17.00 Uhr (45 Min. Mittagspause)

Sonntag 10.00 – 12.30 Uhr

Seminarort: Wuppertal

Seminartermine:

Die Seminartermine können Sie auf unserer Homepage www.impulse-schule.de unter Fachfortbildung abrufen. Studierende erhalten die Termine auch regelmäßig mit der Broschüre „Seminare des Fernlehrinstituts“ zugesandt.

Kostenfreie Rücktrittsmöglichkeit:

Die Seminargebühren sind spätestens zu Seminarbeginn unter Angabe Ihres Namens, der Studiennummer (falls Sie einen Lehrgang bei uns absolvieren) und dem Titel der Fachfortbildung zu überweisen. Wir stellen die Seminargebühren auch in Rechnung, wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen, es sei denn, Sie stornieren die Fachfortbildung schriftlich (per Post/Fax/E-Mail) bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

Seminarausfall:

In begründeten Fällen, z.B. bei Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder bei zu geringer Teilnehmer/innen/zahl, behalten wir uns vor, das ausgeschriebene Seminar abzusagen. In diesem Fall wird eine bereits entrichtete Fachfortbildungsgebühr rückerstattet. Darüber hinausgehende Ansprüche gegen Impulse e.V. sind ausgeschlossen.

Anmeldung zu einem Seminar

Online-Seminaranmeldung: Bei uns eingeschriebene Studierende können die Seminare auf unserer Homepage buchen. Es werden die zur Auswahl stehenden Seminare gelistet, Sie können erkennen, wie viele freie Plätze noch vorhanden sind und erhalten nach Ihrer Anmeldung sofort die Bestätigung nebst Anfahrtsbeschreibung an Ihre E-Mail-Adresse gesandt. Wählen Sie www.impulse-schule.de, dann „Login Online-Studienzentrum“.

Schriftliche Seminaranmeldung per Fax oder Post: Sie können sich für die Seminare auch per Post oder per Fax anmelden. Nutzen Sie hierzu bitte den folgenden Vordruck:

Seminartitel: _____

Seminarort: _____

Termin/e: _____

Name, Vorname: _____

Studien-Nummer (*falls vorhanden*): _____

Straße: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Datum, Unterschrift: _____