



Berufsverband
Unabhängiger
Gesundheitswissenschaftlicher
Yogalehrender



Yoga-Gesundheitstrainer/in – BUGY, die Ausbildung und Weiterbildung für Berufstätige im Gesundheits- und Sozialwesen und angehende Yoga-Lehrer/innen in der Gesundheitsförderung

Die ersten „Schnupper“-Workshops der nächsten vom Berufsverband Unabhängiger Gesundheitswissenschaftlicher Yoga-Lehrender (BUGY) zertifizierten Ausbildung und Weiterbildung finden im Frühjahr 2015 in Göttingen/Niedersachsen statt. Das Thema des ersten Seminars ist „Yoga als Methode der Gesundheitsförderung“. Seminar-Ort: ImPuls e.V., Akazienweg 56a, 37083 Göttingen, Freitag 17.04., 15Uhr bis Sonntag 19.04., 13Uhr30. Gebühr: 250 Euro.

Dieses erste von insgesamt drei Einstiegswochenenden (drei Themen) soll Gelegenheit bieten, die Entscheidungsfindung über die Teilnahme an der gesamten Ausbildung zu erleichtern. Die Weiterbildung findet berufsbegleitend an Wochenenden statt. Bei dieser Ausbildung handelt es sich um eine Kooperation zwischen Göttinger Yoga-Schule von ImPuls e.V. (www.goettinger-yogaschule.de), Zentrum für Salutogenese (www.salutogenese-zentrum.de) und Gesellschaft für medizinische Kommunikation (www.gemeko.de) und der Bundesakademie für Kirche und Diakonie. Die Ausbildung wird vom BUGY entsprechend der Standards für Qualität in der Gesundheitsförderung zertifiziert. Es handelt sich um ein Yoga-Training, welches neben Hatha Yoga, Pranayama und Meditation Erkenntnisse aus der Neurologie, Hirnforschung, Chronobiologie und anderen gesundheitswissenschaftlichen Gebieten einbezieht. Daraus ergibt sich ein Training für die Bewältigung von Stress, gesundheitsförderndes Verhalten und Vorbeugung von burnout.

Angesprochen sind sowohl im medizinischen und pflegerischen Bereich berufstätige, z.B. in der Altenpflege, Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie, Labor, Krankenschwestern, Gesundheitspfleger, als auch an der Schule, im Kindergarten, in der Sozialpädagogik oder in Personalverantwortung arbeitende. Die Absolventen geben von den Krankenkassen anerkannte Yogakurse, arbeiten unabhängig von den Krankenkassen im eigenen Yoga-Studio oder bringen ihr Wissen in den Berufsalltag und die betriebliche Gesundheitsförderung ein. Dadurch ergeben sich neue berufliche Perspektiven und Einsatzmöglichkeiten.

Stimmen ehemaliger Teilnehmer/innen:

"Die Weiterbildung zur Yoga-Gesundheitstrainerin-BUGY hat mir geholfen, mich auf dem riesigen Markt der Möglichkeiten in der Yoga-Welt zu orientieren und selbstbewusst zu positionieren."

"Von der Weiterbildung erhoffte ich mir weiterführende, bodenständige Informationen über das Wie und Warum von Yoga-Übungen, damit ich befähigt wäre, guten Yoga-Unterricht anzubieten. Meine Erwartungen wurden weit übertroffen. Auch für meine persönliche Weiterentwicklung war diese Zeit von unschätzbarem Wert. Danke!"

"Die reichhaltigen Inhalte wurden in so gut verdaulichen, appetitlichen Happen präsentiert, dass ich trotz der Fülle des Stoffes immer wieder mit Vorfreude ins nächste Yoga-Wochenende ging. Tolle Atmosphäre, wunderbare DozentInnen und Mitschülerinnen - so macht Lernen Spaß!"

„...selbst wenn die Arbeitswoche noch so anstrengend gewesen war und ich am Freitag kaputt ankam, bin ich am Sonntag jedes Mal gestärkt wieder nach Hause gefahren.“

„Was die Ausbildung betrifft: ich denke am meisten und am positivsten an die vielen interessanten Themen, die wir in der Gruppe besprochen haben (z.B. die Neuropsychologie, über das Lernen und die Emotionen...), mit denen ich mich immer noch und immer wieder beschäftige und die ich in meinen Alltag mit einbeziehe. Und natürlich an das schöne Gruppengefühl, ich habe mich angenommen und dazugehörig gefühlt.“

BUGY-Yoga stellt das traditionelle Yoga-Wissen in einen gesundheitswissenschaftlichen Kontext, bei dem der biologische, psychologische, soziale und ökologische Aspekt eine zentrale Rolle spielt. BUGY-Yoga bedeutet daher nicht nur Wellness, Fitness, Entspannung und Meditation, sondern auch selbst-evidenz-basierte Gesundheitsförderung und bietet Chancen für persönliches Wachstum.

www.yoga-berufsverband.de

Der BUGY ist Referenzverband im Gegenstandskatalog der Krankenkassen.

Kontakt: info@yoga-berufsverband.de, Wilhelm-Bendick-Straße 35, 37130 Gleichen, 05508 923583