

**MARLIES VENOHR**  
**Gesundheits- und  
Lernförderungszenrum**



**Kinesiologie & Co.**

**Gesundes Leben**



**Leichtes Lernen**

---

AM BAHNHOF 14, 98529 SUHL  
TEL: 036 81 / 41 31 59  
FAX: 036 81 / 41 11 56  
[www.marlies-venohr.de](http://www.marlies-venohr.de)

Konto: 91710909 BLZ: 86010090  
Postbank Leipzig  
USt ID-Nr: DE815146409  
[info@marlies-venohr.de](mailto:info@marlies-venohr.de)

## Inhalt

<b>I.</b>	<b>Kennen Sie die Kinesiologie?</b> .....	3
<b>II.</b>	<b>Päd. Kinesiologie Symptome Schulalter</b> .....	5
<b>III.</b>	<b>Arbeitsbereiche</b> .....	6
<b>IV.</b>	<b>Themen</b> .....	6
<b>V.</b>	<b>Einzelbegleitung</b> .....	7
<b>A.</b>	<b>Preise</b> .....	8
<b>VI.</b>	<b>Schnupperzeit / Kinesiologie-Zirkel</b> .....	8
<b>VII.</b>	<b>Vorträge / Workshops</b> .....	9
<b>A.</b>	Was das Lernen erschwert (Vortrag) .....	9
<b>B.</b>	Vom stillsitzen, zuhören und mitmachen (Vortrag) .....	9
<b>C.</b>	Trotz Stress GESUND bleiben (Workshop) .....	10
<b>D.</b>	Fit vom Kopf bis zum Knie mit Kinesiologie (Vortrag) .....	10
<b>E.</b>	Wenn dich keiner versteht...(Vortrag) .....	10
<b>F.</b>	Kinesiologie – was ist das? (Vortrag) .....	10
<b>VIII.</b>	<b>Kurse</b> .....	11
<b>A.</b>	<b>Prüfungstraining – mal anders</b> .....	11
<b>B.</b>	<b>Fit vom Kopf bis zum Knie – mit Kinesiologie</b> .....	12
<b>IX.</b>	<b>Seminare</b> .....	14
<b>A.</b>	<b>Startklar fürs Lernen</b> -Elternkurse .....	14
1)	Seminar 1 - Lernhindernisse .....	14
2)	Seminar 2 – Rechnen .....	14
3)	Seminar 3 – Lesen und Schreiben .....	15
<b>B.</b>	<b>Prävention für Helfer</b> .....	16
<b>C.</b>	<b>ADHS- Grundlagenseminar</b> .....	17
<b>D.</b>	<b>Entwicklungsunterstützung durch Brain Gym® und Co.</b> .....	18
<b>E.</b>	<b>Trotz Stress GESUND bleiben</b> .....	20
<b>X.</b>	<b>Gastdozenten</b> .....	21
<b>A.</b>	UKK-Kurs zum Selbstlernen .....	21
<b>B.</b>	Rosalinde Blüten - Seminare .....	22
<b>XI.</b>	<b>Termine 2. Halbjahr 2011</b> .....	23

# **I.      Kennen Sie die Kinesiologie?**

Ein ganzheitlicher Ansatz für gesundes Leben und leichtes Lernen

Kinesiologie ist ursprünglich die Lehre von den inneren und äußeren Bewegungen und dem Bewegt-Sein des Menschen (kinein = bewegen, Logos = Lehre). Kinesiologen arbeiten mit dem Wissen um die Zusammenhänge und Resonanzen zwischen Muskeln, Organen, Emotionen und Denkstrukturen. Sie spüren Stress und Blockaden in diesen speziellen Bereichen auf. Somit ist die Kinesiologie ein ganzheitlicher Ansatz. Ziel der Arbeit ist, blockierte Energien in den Fluss zu bringen, harmonische Zusammenspiel und das gesunde Gleichgewicht dieser Funktionen wieder herzustellen. Dies geschieht in so genannten Balancen bei denen die Selbstregulationskräfte angeregt werden. Die Kinesiologie ist eine der modernsten Methoden zur Stress-Reduktion bei Kindern und Erwachsenen.

Als Handwerkszeug benutzen wir Kinesiologen den Muskeltest, mit dessen Hilfe wir den Körper über seine Stressoren befragen und herausfinden, was die Person braucht, um wieder ins Lot zu kommen. Hierbei wird nicht die Muskelkraft sondern die Muskelenergie getestet. (Jeder kennt es, wenn einem bei schlechten Nachrichten die Knie weich werden.). Stressoren können in Form von

- Körperfehlhaltungen (Kiefergelenk),
- Personen (Chef, Lehrer),
- Nahrungsmittel (Milch, Weizen),
- negativ besetzte Begriffe (lernen, konzentrieren),
- Glaubens- und Verhaltensmuster (Ich bin nicht gut genug.)
- usw.

aufzutreten.

Das Zellgedächtnis verfügt über weit mehr Informationen, als unser Bewusstsein. Da alle von uns gemachten Erfahrungen im Zentralnervensystem gespeichert sind, arbeiten wir über dem Muskeltest mit der Körper-Seele-Geist Ebene, um Blockaden aufzuspüren und die beste Lösungsmöglichkeit zu finden. Auf der unbewussten Ebene finden sich die ersten Spuren eines zu lange anhaltenden Stresses. Später dann, wenn der Körper nicht mehr fähig ist, zu kompensieren, stellen sich vegetative, funktionelle, emotionale oder kognitive Probleme ein. Dem schließen sich klassische gesundheitliche Probleme, die in die Hände des Arztes / Heilpraktikers gehören an.

Kinesiologische Sitzungen haben daher vorbeugenden Charakter. Als Begleitung bei bestehenden Gesundheitsproblemen führt sie zu schnellerer Besserung, da die Selbstregulations-mechanismen des Körpers angeregt werden.

In die Kinesiologie wurden von ihrem Begründer G. Goodheart, wie bei einem Puzzle, Techniken aus vielen Bereichen integriert; beispielsweise aus Chiropraktik, Akupressur, Ernährungswissenschaft, chinesische Meridianlehre, Logopädie, Erziehungswissenschaft und neuen Erkenntnissen aus der Gehirnforschung. Sie ist folglich fachgebiet übergreifend.

Die Kinesiologie ermöglicht auch, **Ursachen für Lern- und Verhaltensprobleme** zu **finden** und i.d.R. auch nach und nach aufzulösen. Die **Blockaden** können auf **struktureller** (z.B. muskelseitiger, organischer), **emotionaler** (z.B. Versagensangst, Schulverweigerung), **biochemischer** (z.B. Ernährung, Unverträglichkeiten, Mineralstoffmangel) und **energetischer Ebene** (z.B. neurologischer Dysfunktionen) liegen.

Die Pädagogische Kinesiologie mit dem Brain Gym ® zielt auf die Körper-Gehirn-Integration. Sie unterstützt Wahrnehmungsprozesse, Aufmerksamkeitssteuerung, Gedächtnisleistung, Bewegungs- und Körperkoordination. Ursprünglich für lernschwache Kinder entwickelt, findet diese Methode heute bei Körperbehinderten, nach Schlaganfall und vor allem auch in der Prävention für Senioren Anwendung.

Kinesiologie ist keine Wundermethode, auch wenn sie manchmal wunderbar wirkt. Sie ist **auch keine Heilkunde** und ersetzt nicht die medizinische Behandlung. Den Ärzten, Ergotherapeuten, Logopäden, Psychologen, Zahnärzten, Heilpraktikern usw. begegnen immer wieder verlangsamte Heilungsprozesse, -stillstand oder Rezidive. Gerade dann lohnt sich die kinesiologische „Detektivarbeit“. Sehr wirksam sind die Balancen bei nicht diagnostizierbaren Befindlichkeitsstörungen, Lern- und Entwicklungsverzögerungen, emotional schwierigen Lebensphasen und Problemen, die chronisch geworden sind.

Kinesiologie fördert Erkenntnisprozesse und Selbstregulationskräfte, löst Regulationsblockaden und trägt allgemein **veränderten**, abgemilderten **Symptomatik** bei.

## II. Päd. Kinesiologie Symptome Schulalter

### Rechts-Links-Blockade: Wenn das Kind...

- 🌀 stockend liest: zuerst decodiert es die einzelnen Buchstaben, bevor es das Wort im Ganzen erkennt.
- 🌀 das Heft beim Schreiben nicht gerade vor sich legt, sondern weit nach rechts oder links schiebt
- 🌀 Schwierigkeiten hat, richtig von der Tafel abzuschreiben
- 🌀 Kreise oder Schleifen nur in eine Richtung, vor allem von links nach rechts, malt
- 🌀 Buchstaben wie „b“ und „d“ oder „p“ und „q“ verdreht
- 🌀 Schwierigkeiten beim Rechnen, vor allem beim Lösen von Textaufgaben, hat
- 🌀 links und rechts nicht unterscheiden kann
- 🌀 keine Schleifen binden kann
- 🌀 ein schlechtes Schriftbild hat
- 🌀 sich ungeschickt bewegt und sich öfter anstößt, z.B. an der Tischkante
- 🌀 keine liegende Acht malen kann

### Oben-Unten-Blockade : Wenn das Kind...

- 🌀 es einfach nicht schafft, aufmerksam zu sein
- 🌀 seine Zeit vertrödelt und immer bei den Letzten ist
- 🌀 körperlich träge und geistig schwerfällig
- 🌀 unter Gleichaltrigen oft im Abseits steht
- 🌀 ein Besserwisser ist
- 🌀 beim Sitzen seine Füße um die Stuhlbeine wickelt
- 🌀 entweder zu schnuddelig oder zu behäbig spricht
- 🌀 schnell aus seinem inneren und äußeren Gleichgewicht zu bringen ist
- 🌀 Dinge zu flüchtig erledigt oder zu lange dafür braucht
- 🌀 Vorgänge langsam versteht
- 🌀 unsicher ist und sich nichts traut oder zutraut
- 🌀 altklug – für sein Alter zu rational – ist
- 🌀 seine täglichen Aufgaben nicht in den Griff bekommt
- 🌀 über alles endlos diskutieren will

### Vorne-Hinten-Blockade: Wenn das Kind

- 🌀 unflexibel ist
- 🌀 nicht abwarten kann
- 🌀 immer in Bewegung ist / hyperaktiv ist
- 🌀 sich nicht am Unterricht beteiligt
- 🌀 oft vor sich hin träumt
- 🌀 sich überfordert fühlt und zu nichts mehr in der Lage ist
- 🌀 sich oft aggressiv verhält
- 🌀 sensibel auf Stimmungen und Gefühle reagiert
- 🌀 zu träge ist (Null-Bock-Stimmung)
- 🌀 ein „Brett vor dem Kopf“ hat
- 🌀 immer vorne mitmischen muss

### III. Arbeitsbereiche

- Gehirnintegration für Lernen, Bewegen und geistige Fitness
- Begleitung bei Schlaganfall und Wachkoma
- Begleitung bei chronischen Erkrankungen, die als austherapiert gelten
- Psychosomatische Beschwerden
- nicht diagnostizierbare Befindlichkeitsstörungen
- Dauerstress im Beruf
- Stress in Familie und Partnerschaft
- Begleitung in Krisen
- Stressabbau nach Unfällen
- Vorbereitung auf Prüfungen
- Praktische Entscheidungshilfe
- Prävention f. Einsatzkräfte, Seelsorger, Pflegende Angehörige, etc

### IV. Themen

Hier liste ich Ihnen einige Themen auf, mit den sich die Klienten an mich gewendet haben.

<ul style="list-style-type: none"><li>• ADS /ADHS</li><li>• Amalgambelastung</li><li>• Angst / Ängstlichkeit</li><li>• Belastende Ereignisse</li><li>• Berufliche Entwicklung / Erfolg für Selbständige</li><li>• Bettnässen</li><li>• Burn Out</li><li>• Dyskalkulie</li><li>• Entwicklungsverzögerung (Auch Fein-und Grobmotorik)</li><li>• Gedächtnisstörung</li><li>• Herzrasen</li><li>• Integration in neue Familie (Pflege, Adoptiv, Patchwork)</li><li>• Ischias</li><li>• KiSS</li><li>• Körperkoordination (Kinder, Senioren, Behinderte)</li><li>• LeseRechtschreibSchwäche</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Migräne</li><li>• Pflege von Angehörigen</li><li>• Rückenschmerzen</li><li>• Schlaganfall</li><li>• Schlafstörungen (Ein- und Durchschlaf)</li><li>• Schreibaby</li><li>• Sprachprobleme</li><li>• Selbstbewusstsein entwickeln</li><li>• Stressmanagement</li><li>• Sturzprävention</li><li>• Schwangerschaft (auch unerfüllt, nicht beendet)</li><li>• Trauer</li><li>• Trennung</li><li>• Unverträglichkeiten (Nahrung, Stoffe, Pollen...)</li><li>• Vorbereitung auf Schuleintritt</li><li>• Wachkoma</li><li>• Wiedereinstieg in Beruf</li></ul>
--	---

## **V. Einzelbegleitung**

### Der Erstkontakt

Hier ist es mir wichtig, genug Zeit für Sie zu haben. Meist dauern diese Termine 1,5-2 Stunden. Ich achte darauf, dass hiernach keine weiteren Klienten folgen. In einem ausführlichen Gespräch klären wir Ihre Themen und das Ziel, das Sie für sich erreichen möchten. Im Anschluss folgt dann die Anwendung der kinesiologischen Methoden.

### Folgetermine

In meiner Arbeit geht es darum, Ihre Selbstregulationsfähigkeit wieder herzustellen. Hierfür brauchen Sie (Ihr Körper, Geist, Seele) Zeit. Darum finden Folgesitzungen i.d.R. im Abstand von 4-6 Wochen statt. Diese Termine dauern dann ca. 60 Minuten. zu einem Stundensatz von

### Ablauf einer Sitzung für Erwachsene

Nach dem Gespräch legen Sie sich auf die "Behandlungsliege". Auf diese Weise können Sie bequem liegen und ich ohne ebenso bequem alle Körperpunkte berühren. Sie brauchen sich nicht zu entkleiden. Lediglich die Füße werden oftmals in die Behandlung einbezogen.

### Ablauf einer Sitzung für Kinder

Bei Kindern ist es mir besonders wichtig, dass ich zunächst ein Gespräch mit den Eltern alleine führe. So wird vermieden, dass sie durch Zuhören in ihrem negativen Selbstbild noch verstärkt werden. Danach folgt erst der Termin mit dem Kind. Dabei überprüfe ich zunächst die Bewegungsmuster und Körperkoordination. Hier wechselt sich die „Behandlung“ auf der Liege mit Bewegungsübungen ab. Beide Termine fallen unter die Pauschale für den Erstkontakt. Erst der dritte Termin wird nach dem Stundensatz berechnet.

### Dauer der Begleitung

So individuell wie die Probleme des Einzelnen sind, so individuell Dauer der Begleitung. Sie hängt stark von Ihren Beschwerden, Themen, Umfeld etc. ab. Meist ist eine gute Veränderung bereits nach 4-6 Sitzungen ein.

Eine weitere Begleitung im Vierteljahresrhythmus ist oftmals sinnvoll.

Sie müssen keinen Vertrag unterschreiben, der Sie zu irgendwelchen Terminen verpflichtet.

## Transparenz

Ich lege sehr viel Wert darauf, Ihnen die Techniken so zu vermitteln, dass Sie diese auch ohne meine Hilfe anwenden können. Sie bekommen daher immer "etwas mit nach Hause", dass sie befähigt, künftig besser für sich selbst zu sorgen und das wieder aufbrechen von Themen somit seltener wird.

### **A. Preise**

Die Kosten sind Privatleistungen. Eine Übernahme durch die Krankenkasse ist in der Regel nicht möglich.

Pauschale Erstkontakt:	85 Euro
Stundensatz	60 Euro
Workshop (2,5 Stunden)	25 Euro
Tagesseminar	75 Euro
Hausbesuche	60 Euro + Anfahrt (außerhalb Suhl)
Kurse	90 Euro
Wochenendseminar	190 Euro
Skript zu Workshop	5 Euro
Skript zu Seminar/Kurs	20 Euro
Vortrag	3 Euro erbeten

(Die Einnahmen aus dem Vortrag gehen zugunsten des Vereins „Hand in Hand, zurück ins Leben e.V.“ ([www.wachkoma-rheinberg.de](http://www.wachkoma-rheinberg.de))

Alle Preise sind inkl. MwSt.

## **VI. Schnupperzeit / Kinesiologie-Zirkel**

Für alle Interessierten biete ich einmal im Monat zur **Schnupperzeit** Gelegenheit, mich und meine Tätigkeit kennenzulernen. Jeden 3. Donnerstag im Monat um 20 Uhr erfahren Sie in Vortrag und Gespräch: **Was ist Kinesiologie?**

Zur besseren Vorbereitung des Abends bitte ich um kurze, unverbindliche Anmeldung. Gerne können Sie mir auch Ihr Thema nennen, dass Sie interessiert. Ich versuche dann an dem Abend darauf einzugehen.

Herzlich willkommen sind auch Ärzte, Physiotherapeuten, Mitarbeiter aus Pflegezentren oder Seelsorge usw., die für Neues offen sind. Ich suche eine kollegiale fachgebiet übergreifende Zusammenarbeit.

Mit dem **Kinesiologie-Zirkel** biete ich für Kollegen ebenfalls die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch oder für Anfänger das Einüben der Techniken. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei mir.

## **VII. Vorträge / Workshops**

### **A. Was das Lernen erschwert (Vortrag)**

Informationen über Lern- und Entwicklungshindernisse aus ganzheitlicher Sicht. Dauer: ca. 90 Minuten

Oftmals höre ich den Satz: „Wenn er will, dann kann er auch!“  
Meine Betrachtungsweise lautet: „Er würde, wenn er könnte!“

Zielgruppe: Eltern, Lehrer, Erzieher, Ärzte, Ergotherapeuten

### **B. Vom stillsitzen, zuhören und mitmachen (Vortrag)**

Mit Gefühlen umgehen, sich auf andere in der Gruppe einlassen und Regeln einhalten fällt manchen Kindern schwer. Genauso schwer fällt anderen das Malen, Basteln, Rechnen oder Schreiben.

Wieder andere bewegen sich nicht rhythmisch / koordiniert und lernen schlecht laufen, klettern, Purzelbaum schlagen, Ball fangen oder Rad fahren. Aufgaben und Anweisungen zu verstehen und umzusetzen scheint ebenso für einige Kinder unlösbar. Oft hat ein Kind gleich in mehreren Bereichen Probleme.

In Kindergarten und Schule sind die Kinder nervig, zappelig, ungeschickt, manchmal auch ungeliebt.

Was haben diese Kinder gemeinsam?

Woher kommen die Probleme?

Was können Eltern tun?

Was können Erzieher oder Lehrer tun?

Auf der Suche nach Hilfe für die Probleme meiner Kinder bin ich auf viele mögliche Ursachen gestoßen. In meiner kinesiologischen Ausbildung habe ich weitere Hintergründe kennengelernt. Meine Arbeit mit Kindern mit ADHS, LRS oder Entwicklungsverzögerungen bestätigt diese täglich. Einige der möglichen Ursachen und Zusammenhänge stelle ich Ihnen in dem Vortrag vor.

Außerdem zeige ich Ihnen ein paar Übungen aus der Pädagogischen Kinesiologie. Diese einfachen Übungen können Sie bequem in den Alltag integrieren.

Dauer insgesamt: ca. 2 Stunden

C. Trotz Stress GESUND bleiben (Workshop)

Informationen über Möglichkeiten der ganzheitlichen Gesundheitsprävention und Stressmanagements. Vorstellung des gleichnamigen Seminars, welches auch zur Vorbeugung von Burn Out dient.

Zielgruppe: Alle Berufsgruppen, insbesondere Lehrer, Polizei, Kranken- und Altenpflege, Ärzte etc.

D. Fit vom Kopf bis zum Knie mit Kinesiologie (Vortrag)

Informationen über Möglichkeiten der ganzheitlichen Gesundheitsprävention für Generation 55 plus und Senioren. Vorstellung des gleichnamigen Kurses.

Zielgruppe: Altersgruppe 55-100

E. Wenn dich keiner versteht...(Vortrag)

Information über die Möglichkeit der nonverbalen Kommunikation mit Hilfe des Muskeltests. Außerdem Chancen und Grenzen der ganzheitlichen kinesiologischen Begleitung.

Einsatzgebiete der UKK (Unterstützte Kommunikative Kinesiologie) sind Personen, die sich aufgrund von Krankheit, Behinderungen oder anderem nicht oder nur mit Einschränkungen verständigen können.

Beispiel:

- Koma- bzw. Wachkomapatienten
- Schwerbehinderte
- Pflegepatienten
- als Sterbebegleitung

Zielgruppen: Pflegepersonal, Angehörige, Mitarbeiter und Ehrenamtliche aus Hospiz und Palliativstationen

F. Kinesiologie – was ist das? (Vortrag)

Wie beim Schnupperabend, der in meiner Praxis stattfindet, ist dies ein Vortrag zum Kennenlernen meiner Person und meiner Tätigkeit.

Sie haben die Möglichkeit, bestimmte Fachthemen auszuwählen, auf die ich im besonderen eingehen soll. Mit diesem Vortrag komme ich gerne zu Ihnen ins Haus.

Mögliche Themen sind: Schreibabys, Lernen, ADHS, Burn Out-Prävention, Pflege und Betreuung und vieles andere. Schlagen Sie mir Ihr Thema vor.

## **VIII. Kurse**

### **A.     Prüfungstraining – mal anders**

Für alle, die sich schwer tun,

- über längere Zeit konzentriert zu arbeiten
- sich einen Überblick über den Lernstoff zu verschaffen
- regelmäßig zu Üben
- sich Gelesenes zu merken
- Gelerntes anzuwenden
- mit bestimmten Fachgebieten
- eine Lernstruktur zu erarbeiten
- sich sprachlich auszudrücken
- Angst vor Black Out haben
- bereits negative Prüfungserfahrungen haben.

Dies ist kein Kurs, der Lerntechniken vermittelt. Hier geht es um Gehirnintegration, die Konzentration, Motivation, Gedächtnisleitung etc, steigert. Ebenso geht es darum, die physiologische Seite des Black Outs zu verstehen und Techniken zu erlernen, diesen vorzubeugen.

Inhalt:

- Physiologie des Lernens
- Physiologie von Stress und Angst
- Emotionale Stressreduktion
- Hintergründe von Lernblockaden
- Brain Gym ® Übungen zur Steigerung von Konzentration, Motivation und Gedächtnisleistung
- Klopfakupressur (z.B. gegen Sprachblockaden)
- Nahrungsergänzung und Blütenessenzen

Zielgruppe: Prüflinge aller Altersgruppen, 3-6 Monate vor der Prüfung.

Kursdauer:    4 Einheiten á 120 Minuten

Teilnehmer:   3-6

Kursort:        Suhl, Am Bahnhof 14  
auf Anfrage auch als Inhouse-Schulung












## **B.      Fit vom Kopf bis zum Knie – mit Kinesiologie**

Geistig und körperlich rege bis ins hohe Alter...

Suchen Sie eine Möglichkeit, mit der Sie durch gezieltes Training das biologische und psychologische Alter *selbst gestalten* können?

Die speziellen Übungen aus dem Kurs stimulieren unser Gehirn in allen Dimensionen. Durch die Bewegungen kommt es in spezifischen Regionen im Gehirn zu einer intensiveren Durchblutung und vermehrten Versorgung mit Sauerstoff. Dabei verbinden sich die Zellen unseres Nervensystems zu neuen Mustern von neuronalen Pfaden.

Weiterhin sorgen die Übungen für

-  den Erhalt der Beweglichkeit und des Gleichgewichts
-  verbesserte Körperkoordination
-  sanfte Unterstützung der hormonellen Umstellung
-  Regulation von Lymphfluss
-  verbesserter Stoffwechsel
-  gesundes Schlafen
-  Konzentrations- u. Merkfähigkeit
-  emotionale Ausgeglichenheit
-  Umgang mit Stress
-  positives Selbstbild
-  u.a.m.







Mit einfachen und sehr effektiven Methoden wird das Gehirn angeregt, neue Wege zu gehen, um so neue Verknüpfungen zwischen den Gehirnzellen zu bauen. Diese können dann für die Bewältigung der täglichen Aufgaben genutzt werden und machen dadurch leistungsfähiger. Außerdem regen sie die Selbstregulationsmechanismen des Körpers an und wirken so förderlich auf Gesundheit und Wohlbefinden.

Die Übungen

- sind alltagstauglich
- sind für nahezu jeden geeignet
- sind unabhängig von Alter und Fitnessgrad
- benötigen geringen Zeit- und Kraftaufwand
- verzichten auf Hilfsmittel

Dadurch können die im Kurs erreichten Veränderungen lange erhalten bleiben.






Jede Kurseinheit steht unter einem anderen Motto:

-  Das merke ich mir
-  Mit festem Schritt und feinem Griff
-  Schmerz lass nach
-  Ausgeruht in den Tag
-  In der Ruhe liegt die Kraft
-  Hör und schau genau

Neben den Übungen informiere ich Sie über die wichtigsten Funktionen des Gehirns, des Gedächtnisses und über die neuen Erkenntnisse der Gehirnforschung. Weiterhin gebe ich viele zusätzliche Tipps zu Stressabbau, Ernährung, Nahrungsergänzungen, Umgang mit chronischen Erkrankungen etc.

Der Kurs umfasst sechs Einheiten von je ca. 90 Minuten mit max. 12 Teilnehmern.

Mitmachen kann jeder, der sich angesprochen fühlt, um

-  geistig rege und körperlich fit zu bleiben
-  eingeschlafene Ressourcen zu aktivieren
-  vorhandene Einschränkungen zu überwinden
-  Stress abzubauen
-  im neuen Lebensabschnitt Fuß zu fassen

In verschiedenen Studien wurde die Wirksamkeit der gelehrt Techniken nachgewiesen. Die Studienteilnehmer profitierten neben der Steigerung der Gedächtnisleistung und Konzentration auch von verbesserten Körperkoordination und Feinmotorik.

Zielgruppe:      Generation 55+, Senioren, Reha-Patienten nach Unfall oder Schlaganfall, Körperbehinderte

Kursdauer:      6 Einheiten á 90 Minuten

Teilnehmer:    6-12 (inkl. Begleitpersonen)

Kursort:        Suhl, Am Bahnhof 14  
auf Anfrage auch als Inhouse-Schulung

## IX. Seminare

### A. Startklar fürs Lernen -Elternkurse








Statt mit Leichtigkeit und Fröhlichkeit den Schulalltag zu meistern, ist die Schulzeit für Kinder und Eltern leider viel zu oft mühsam und freudlos. Wir Eltern stehen möchten unsere Kinder möglichst gut bei den schulischen Aufgaben unterstützen. So vollziehen wir täglich den Balanceakt zwischen der nötigen Nachsicht und dem erforderlichen Üben. Oftmals gelingt das Üben nur mühevoll, zu Hause abrufbares Wissen ist in der Schule nicht mehr vorhanden. So stellen wir uns oft die Frage: „Üben wir eigentlich richtig?“ „Überfordere ich mein Kind oder verlange ich gar zu wenig?“ Alle möglichen Tipps aus Verwandtschaft und Freundeskreis werden ausprobiert – mit mehr oder minder Erfolg.








Aus den persönlichen Erfahrungen und den Erfahrungen aus der täglichen Praxis ist dieser Elternkurs entstanden. Sie lernen mögliche Ursachen für Schwierigkeiten kennen, erarbeiten sinnvolle Übungen und Spiele zur Förderung der Grundfunktionen des Lernens und erhalten viele praktische Übungstipps.

#### 1) Seminar 1 - Lernhindernisse

In diesem Kurs geht es um Faktoren, die die Kinder indirekt in ihrer Entwicklung beeinflussen und damit auch die Fähigkeit zu lernen. Welche Auswirkungen diese haben und was wir dagegen tun können, lernen Sie in Theorie und Praxis.

Themen u.a.:

-  Ein- und Durchschlafen
-  Ernährung
-  Negative Selbstbilder
-  Elektrosmog und Co.
-  Anspannung/Unruhe
-  Selbstwert
-  Grenzen setzen

-  Kommunikation
-  Frühkindliche Reflexe
-  Motorische Unruhe
-  Antriebslosigkeit
-  ADHS/LRS/Dyskalkulie
-  KiSS
-  Herzintelligenzmethode

#### 2) Seminar 2 – Rechnen

In diesem Kurs geht es darum, den Rechenlernprozess und die vier Grundfunktionen d. Rechnens zu verstehen. Sie lernen, warum eine gute Raum- und Körperwahrnehmung für das Rechnen so wichtig sind.



## **B.      Prävention für Helfer...**

...im Rettungsdienst, Feuerwehr, Polizei, Notfallseelsorge etc  
Für körperliche und seelische Gesundheit im Beruf und Ehrenamt




Menschen in helfenden Berufen und Ehrenämtern sind in der Lage, gut mit ungewöhnlichen Ereignissen umzugehen und anderen dabei hilfreich zur Seite zu stehen. Doch auch Einsatzkräfte gelangen manchmal an die Grenze ihrer persönlichen Bewältigungsmechanismen, oftmals begleitet von Zweifeln an ihrer Eignung für die Aufgaben.

Psychische Belastungen beschränken sich aber nicht nur auf den Einsatz. Die Einsatzkräfte stehen unter vielfältigen Belastungen während des Einsatzes, im Wachalltag, bei Übungen oder Übungsabenden und im privaten Bereich. Belastungen, die in einem Bereich auftreten, wirken sich auch auf die anderen Bereiche aus. Erwiesen ist, dass Einsatzkräfte, die bereits vorhandene Belastungen in den Einsatz mitnahmen, wesentlich anfälliger für PTSD waren. Um alle psychischen Belastungen möglichst zu minimieren, müssen alle o.g. Felder beachtet werden. Das bedeutet, dass der Einsatzkraft bei privaten Problemen genauso eine Hilfestellung geboten werden muss, wie auch bei Problemen im Wachalltag oder im Einsatzdienst.

Ein wichtiger vorbeugender Faktor ist das Stressmanagement. Der Kurs **Prävention für Helfer** setzt hier an. Er ist in theoretische Inhalte zur Stressphysiologie und praktische Übungseinheiten unterteilt. Die erlernten Selbsthilfe-Übungen dienen dazu, die eigenen Bewältigungsmechanismen auszubauen und dadurch künftige Belastungen besser zu meistern. Dabei lege ich großen Wert darauf, die Chancen und Grenzen der Selbsthilfe darzustellen. Die angewandten Techniken sind ein Mix aus Meridianlehre, Kinesiologie, Klopfakupressur, Brain Gym ® u.a. und können jederzeit in den Alltag übertragen werden.

Der Kurs dient zum Auftanken von neuer Kraft und Motivation. Als Teamleiterin des Kriseninterventionsdienstes Suhl ist es mir ein Bedürfnis den Kollegen einen Kurs anzubieten, der Techniken vermittelt, die ich mir sogar während des Einsatzes Schutz bieten.

### Seminarbeschreibung

-  Gliederung in theoretischen, praktischen und Übungsteil
-  Tagesseminar: 9-16 Uhr
-  Teilnehmer: 3-6, auch als Inhouse-Schulung











## **C.      ADHS- Grundlagenseminar**

Neurobiologie – Ursachen – Diagnose – Symptomkomplexe –  
Behandlung – etc.




Zunächst vermittele ich Ihnen die Neurobiologischen Hintergründe des ADHS, die typischen Verhaltensmuster der Kinder je nach Alter und die schulmedizinische Betrachtungs- und Behandlungsweise.

Im zweiten Teil lernen Sie einen anderen Blick auf die Kinder kennen. Was alles aussieht wie ADHS, aber keins ist. Profitieren Sie von meinen Erfahrungen als Mutter zweier „Problemkinder“ und als Coach. Sie erfahren mehr über Lernhindernisse und lernen ein paar Brain Gym ® - Übungen kennen.

### **Inhalt:**

-  Einführung in das „Störungsbild“  
Die Geschichte des ADHS, Chaos der Begriffe , Neurobiologische Grundlagen, Formen des AD(H)S, Ursachen und Prävalenz
-  Diagnose – ein Puzzle mit vielen Teilen  
Wie wird eine Diagnose gestellt? Wer stellt die Diagnose? AD(H)S kommt nicht allein, Diagnosekriterien
-  Symptome und Erscheinungsbild  
Leitsymptome, Syndromtypische Verhaltensweisen nach Altersgruppen
-  Positive Seiten des ADHS
-  Behandlung von ADHS im Vorschulalter / Grundschulalter / Jugendliche
-  ADHS und Medikamente  
Wirkweise im Überblick , Nebenwirkungen
-  Differentialdiagnose ADHS – oder doch nicht?  
Erfahrungen aus der Praxis, Persistierende Reflexe, Kinesiologie unterstützt
-  Pädagogische Kinesiologie (Paul Dennison)
-  Tipps zum Umgang mit dem AD(H)S-Kind im Kindergarten / Grundschulalter / Jugendliche
-  Tipps für Elterngespräche

### **Seminarbeschreibung**

-  Gliederung in theoretischen, praktischen und Übungsteil
-  Tagesseminare – jeweils 9-16 Uhr
-  Teilnehmer: 6-12, auch als Inhouse-Schulung

Für Erzieher, Lehrer, Eltern, Interessierte

## **D.      Entwicklungsunterstützung durch Brain Gym ® und Co.** - in Kindergarten und Schule




Immer mehr Kinder zeigen eine verlangsamte oder gestörte Entwicklung. Mit Gefühlen umgehen, sich auf andere in der Gruppe einlassen, Regeln einhalten fällt manchen genauso schwer wie anderen das Malen, Basteln, Rechnen oder Schreiben. Wieder andere bewegen sich nicht rhythmisch / koordiniert und lernen schlecht laufen, klettern, Purzelbaum schlagen, Ball fangen, Rad fahren etc. Aufgaben und Anweisungen zu verstehen und umzusetzen ist ebenso für einige unlösbar. Oft hat ein Kind in mehreren Bereichen Probleme. In Kindergarten und Schule sind die Kinder nervig, zappelig, ungeschickt, manchmal auch ungeliebt.

### **Wo kann das herkommen? Was kann das sein? Und welchen Einfluss kann ich als Erzieher auf die Entwicklung und das Lernverhalten nehmen?**

In diesem Seminar werfen wir einen Blick auf mögliche Ursachen und die häufigsten Hintergründe für die Entwicklungs- oder Anpassungsprobleme. Sie lernen grundlegende Selbsthilfetechniken aus der Kinesiologie kennen. Vor allem die Brain Gym® Übungen, die Ihnen und dem Kind helfen, vorhandene Fähigkeiten zu entdecken, zu nutzen und auszubauen, werden eingeübt. Wenden Kinder diese Bewegungsübungen an, fördern sie durch diese Techniken Körperkoordination, bauen Motivation und Sicherheit auf und lernen Aufmerksamkeit und Reaktions- sowie Erinnerungsvermögen selbst zu aktivieren.

Die Kinesiologie, insbesondere die Pädagogische Kinesiologie (Brain Gym® / Edu K) bietet hierfür einige hilfreiche Bewegungsübungen, die genau dort ansetzen, wo die Ursachen liegen: In der mangelnden Integration der unterschiedlichen Gehirnebenen und der Wahrnehmungssysteme.

Die Übungen werden eingesetzt

-  zur Entwicklungsunterstützung einzelner Kinder (z.B: Wutkontrolle, Ausbau feinmotorischer Fertigkeiten),
-  zum „entschärfen“ kritischer Situationen (Unruhe im Stuhlkreis, etwas vor anderen aufsagen etc.) oder
-  wenn bestimmte Fertigkeiten (z.B. zuhören) gefördert werden sollen

Sie wirken innerhalb von Sekunden und ermöglichen den Ausbau der Nervennetze. Dieser „Werkzeugkasten“ vermittelt Kindern und Erwachsenen neue Handlungskompetenzen in Situationen, denen man vorher nahezu hilflos ausgeliefert war. Alle Übungen sind einfach in den Tagesablauf zu integrieren und sowohl mit dem einzelnen Kind als auch in der Gruppe durchführbar.

### Inhalt:





1. Was Entwicklung / Lernen behindert (mögliche Ursachen)
2. Was ist Kinesiologie / Brain Gym®? (Chancen und Grenzen)
3. Brain Gym®Dimension: Fokussierung – Aufmerksamkeitsintelligenz
4. Brain Gym®Dimension: Zentrierung - Emotionsintelligenz
5. Brain Gym®Dimension: Kommunikation - Informationsintelligenz
6. Dennison Lateralitätsbahnung
7. Brain Gym® für bestimmte Situationen / Tätigkeiten (Zuhören, Malen, Sitzen...)
8. Weitere bewährte Hilfsmittel / Techniken (Erfahrungen aus der Praxis)
  - a. Gutes aus Touch for Health
  - b. Klopfakupressur fürs Wohlfühlen und Lernen

### Zielgruppen:

Erzieherinnen in Kindergärten / Kindertagesstätten  
Grundschullehrer, Lehrer Sekundarstufe I, Horterzieher  
Mitarbeiter der Tagespflege / Familienhilfe  
Eltern / Interessierte

Jedes Seminar wird speziell auf die Zielgruppe ausgerichtet (BSP: Kindergarten => für Erzieher)

### Seminarbeschreibung












-  Gliederung in theoretischen, praktischen und Übungsteil
-  Tagesseminar: 9-16 Uhr
-  Teilnehmer: 6-12
-  auch als Inhouse-Schulung





## **E.      Trotz Stress GESUND bleiben** Wochenendkurs für alle Berufs- und Altersgruppen

Stress, besonders Dauerstress führt zu geistigen Einschränkungen und massiven gesundheitlichen Problemen. Zunächst zeigen sich z.B. Konzentrations- und Ausdrucksschwierigkeiten, man kämpft um sein gewohntes strukturiertes Vorgehen, isst unregelmäßig. Dazu gesellen sich Selbstzweifel und Misserfolge, die wiederum den Schlaf rauben. Wenn es uns im Alltag nicht gelingt, aufzutanken und Stress vorzubeugen werden aus diesen kleinen bald größere gesundheitliche Probleme.

Hier setzt die Kinesiologie an. Die verschiedenen Richtungen der Kinesiologie, besonders das Brain Gym ® und Touch for Health, bieten eine effektive Hilfe. In diesem Kurs erlernen Sie Techniken, die in kinesiologischen Einzelsitzungen zum Ausgleich von Stressoren in sogenannten Balancen angewandt werden. Diese Methoden haben sich inzwischen auch hervorragend als Selbsthilfetechniken im Alltag bewährt. Sie regen den Energiefluss an, lösen Blockaden auf, erhöhen das Leistungsniveau, verbessern die Körper-Gehirnkoordination und stimulieren die Selbstregulationskräfte. Diese „kleinen Dinge mit großer Wirkung“ sind Techniken, die leicht zu erlernen und jederzeit ohne Aufwand in den Alltag integrierbar sind.

### **Auszug aus Kursinhalt:**

-  Was ist Kinesiologie?
-  Wie bedeutsam sind äußere und innere Stressfaktoren für mich?
-  Welche Auswirkungen v. Stress auf Körper . Gehirn kennen Sie?
-  Wie reduziert Brain Gym® Stress?
-  Wie gelingt es mir, ausgeruht in den Tag zu starten?
-  Kann ich mich positiv Einstimmen um neue Kraft zu tanken?
-  Wie funktioniert die Emotionale Stressreduktion (einfache und wirksame Technik aus „Gesund durch Berühren“)?
-  Wie Sorge ich täglich mit den Neurolymphatischen Reflexzonen für meine Gesundheit vor?
-  Wie entspanne ich mit den Neurovaskulären Reflexzonen?
-  Wie sage ich den Kopfschmerzen und dem Gedankenkarussell adé?
-  Wie werde ich Brainfit mit Brain Gym®?

-  Gliederung in theoretischen, praktischen und Übungsteil
-  Wochendseminar
  - Freitag:            16-19:30 Uhr
  - Samstag:           10-18:00 Uhr
  - Sonntag:           10-14:00 Uhr
-  Teilnehmer: max. 8
-  Preis:              190 Euro inkl. MwSt

## X.    **Gastdozenten**






Ziel meines Zentrums ist es auch, Seminare und Vorträge von anderen Referenten anzubieten.

Wenn Sie Interesse haben und Ihr Thema in den Rahmen passt, sprechen Sie mich dazu gerne an.

### A.      UKK-Kurs zum Selbstlernen

Jeder von uns kann sehr schnell mit dieser Problematik konfrontiert werden, nicht nur durch körperliche und/ oder geistige Behinderung, auch durch Krankheit (z.B. Schlaganfall) oder Unfall. Die **Unterstützte Kommunikative Kinesiologie** (UKK) bietet hier einen neuen Weg der Verständigung. Sie ist in der Praxis von vielen Anwendern in unterschiedlichen Bereichen erprobt und verbindet den Muskeltest der Kinesiologie mit Fragetechniken aus der unterstützten Kommunikation. Für Menschen mit eingeschränkten kommunikativen Fähigkeiten ergeben sich neue Chancen und Perspektiven - ganz ohne körperliche Anstrengung. Das Vorgehen ist von jedem Interessierten zu erlernen.

Seminarinhalt:

-  · Grundinfo „Was ist UKK?“
-  · sicheres Arbeiten mit einem Testmuskel und Surrogat (Ersatzperson)
-  · die UKK-Fragetechnik - partnerschaftlich und ungewohnt
-  · praktische Anwendung von UKK, Problemlösungen
-  · Reflexion des persönlichen Rollenverständnisses (als Angehöriger, als Betreuer...)

Voraussetzungen: Keine

Dauer:              Sa-So

Referentin: Sibylle Wiedemann





Kosten: 190,- €, inkl. Skript

## B.      Rosalinde Blüten - Seminare

Seminar 1: Rosalinde Blüten - und die grosse Emotionsbalance -  
Einsteigerkurs - „Rosalinde Blüten“ Energien aus dem Siebengebirge

Es ist eine besondere Freude, die ersten kinesiologicalischen- und heimischen Blüten zu erleben. Sie sind ein ideales Werkzeug für beratende- und therapeutische Berufe sowie zur Selbsthilfe. Rosalinde Blüten sprechen mit ihren besonderen Kräften Kinder und Erwachsene aller Altersstufen an. Sie können Emotionen ausgleichen sowie inne-re Ruhe und Stabilität schenken. In diesem Kurs wird aufgezeigt, wie wir die Energien bei besonderen Herausforderungen und in Krisensituationen nutzen und einsetzen können.

Kursinhalt:

-  Blütenbilder und ihre Botschaften. Themen: Mittigkeit, Überenergie und Unterenergie
-  Blütenessenzen und ihre Impulse.  
Themen: Schreckbalance, Urlaubsbalance, Wohlfühlmischung.
-  Rosalinde Blüten und die 5 chinesischen Elemente.  
Themen: Ressourcen, Lebensfluss, Lebenszyklen.
-  Kraft der Feinstofflichkeit.  
Themen: Schwingungsskala, Siegerbalance, Familienresonanz.

Voraussetzungen: keine

Dauer:            Sa-So

Kosten:           190 Euro

Referentin: Rosalinde Nöhles, Entwicklerin der Rosalinde Blüten

weiter Kurse auf Anfrage

## XI. Termine 2. Halbjahr 2011

### Juli 2011

<b>8</b>	9-16 Uhr	Prävention für Helfer	Helferberufe, NFS
<b>11</b>	9-16 Uhr	ADHS Grundlagenseminar	Lehrer
<b>12</b>	9-16 Uhr	Entwicklungsunterstützung durch Brain Gym ® & Co. für Kindergarten	Erzieherinnen
<b>13</b>	9-16 Uhr	Entwicklungsunterstützung durch Brain Gym ® & Co. für Schule	Lehrer
<b>14</b>	9-16 Uhr	Startklar fürs Lernen – Grundkurs	Eltern
<b>15</b>	9-16 Uhr	Startklar fürs Lernen – Lesen, Schreiben	Eltern
<b>16</b>	9-16 Uhr	Startklar fürs Lernen – Rechnen	Eltern
<b>21</b>	20-21:30	Kinesiologie-Zirkel	Interessierte

### August 2011

<b>25</b>	20-21:30	Kinesiologie-Zirkel	Interessierte
<b>27-</b>		UKK Unterstützte Kommunikative	Pflegende
<b>28</b>		Kinesiologie / Sibylle Wiedemann	Angehörige

### September 2011

<b>WE</b>	9.-11.	Trotz Stress GESUND sein	Interessierte
<b>15</b>	20-21:30h	Kinesiologie-Zirkel	Interessierte

### Oktober 2011

<b>8</b>	9-16 Uhr	Prävention für Helfer	Helferberufe/NFS
<b>13</b>	20-21:30	Kinesiologie-Zirkel	Interessierte

### November 2011

<b>10</b>	9-16 Uhr	Startklar fürs Lernen – Grundkurs	Eltern
<b>11</b>	9-16 Uhr	Startklar fürs Lernen – Lesen, Schreiben	Eltern
<b>12</b>	9-16 Uhr	Startklar fürs Lernen – Rechnen	Eltern
<b>17</b>	20-21:30	Kinesiologie-Zirkel	Interessierte

### Dezember 2011

<b>WE</b>	9.-11.	Trotz Stress GESUND bleiben	Interessierte
<b>15</b>	20-21:30	Kinesiologie-Zirkel	Interessierte

Änderungen vorbehalten.

## **MARLIES VENOHR**

# **Gesundheits- und Lernförderungszentrum**

---

## **Gesundheitsshop**

Die dritte Säule des Zentrums ist das Produktangebot rund um Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung und Lernen.

### **Gesundheit**

#### **Rosalinde-Blüten-Anwendermischung**

Blütenessenzen

#### **Bioinformative Kräuternessenzen**

Heilsteine, Heilsteinketten

Aromaöle

Edelstein-Balanceöle

Schutz vor Funkwellen und E-Smog

Nahrungsergänzung

Zuckeraustauschstoff

### **Lernförderung**

Brettspiele, Geschicklichkeitsspiele

Spiele zur Lernförderung

IQ-Spiele

CD-Rom Konzentrationstraining

CD's mit Entspannungsgeschichten

Lernhilfen

Material für Kindergarten, Schule, Praxis

### **Zu allen Themen**

Bücher, Hörbücher, Kartensets etc.

### **Schauen Sie doch einfach mal rein...**

...persönlich bei mir in Suhl oder

...im Internet

Ich berate Sie gerne.

Ihre Marlies Venohr