



**Fortbildungsveranstaltungen für spezielle Anwendungsbereiche des Qigong**

## **Seminar: „Qigong in der Prävention“**

**12. - 13. September 2026 in Köln**

**Leitung:** Doris Palm

**Kurszeiten:** Samstag: 9-12:30 Uhr und 15:00-18:00 Uhr, Sonntag: 9-13:00 Uhr

**Kursort:** Nachbarschaftshaus, Ansgarstr. 5, 50825 Köln

**Kursgebühr:** 210 € (für Mitglieder 190 €)

**Mit der Teilnahme an diesem Kurs erhaltet ihr Zugang zu zertifizierten Kurs -Konzepten der Medizinischen Gesellschaft. Bei Verwendung dieser Konzepte in euren Kursen können eure Teilnehmenden eine anteilige Erstattung der Kurskosten von ihren gesetzlichen Krankenkassen erhalten.**

**Inhalte des Seminars:**

1. Vermittlung des von den Krankenkassen geforderten Wissens zum Thema Stress und Prävention, dem „Handlungsfeld Stressmanagement“ und dem Präventionsprinzip „Förderung von Entspannung“.
2. Übungen aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng im Rahmen der Stressprävention mit Anpassungen der Übungen an die Bedürfnisse und Erwartungen der Teilnehmenden und die Durchführung von Präventionskursen.
3. Einweisung in unterschiedliche Präventionskurs-Konzepte, die die Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V. bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifizieren ließ. Diese Konzepte stehen den Kursleiter\*innen nach Teilnahme an dieser Einweisung zur Verfügung.

**Inhalte der Einweisung:**

- ✓ Ziele und Inhalte der Qigong-Yangsheng-Kurse, Methoden zur Umsetzung und Erfolgskontrolle in den Kursen, mit unterschiedlicher Anzahl und Dauer der Kurseinheiten, dargestellt in den Kurskonzepten, Stundenbildern und Teilnahmeunterlagen sowie der Umgang damit.
- ✓ Aufklärung über die Verschwiegenheitspflicht gemäß Bundesdatenschutzgesetz (BDSG).

Gesetzliche Krankenkassen unterstützen Präventionskurse, die die Entspannungsfähigkeit im Umgang mit belastenden Lebenssituationen im Beruflichen und Privaten fördern; dies geschieht im Rahmen des „Handlungsfeldes Stressmanagement“ (Leitfaden Prävention - Handlungsfelder und Kriterien nach §20 Abs. 2 SGB V [2018], hrsg. vom GKV-Spitzenverband, S.75 ff). Im Gegenzug zum Kostenbeitrag stellen die Gesetzlichen Krankenkassen Anforderungen an zertifizierte Qigong-Kurse.

b.w.



**Medizinische Gesellschaft  
für Qigong Yangsheng e.V.**

**Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.**  
Colmantstraße 9 | 53115 Bonn  
Tel 0228 696004 | Fax 0228 696006  
info@qigong-yangsheng.de | [www.qigong-yangsheng.de](http://www.qigong-yangsheng.de)

**Referentin: Doris Palm**, Literatur- und Theaterwissenschaftlerin (M.A.) und Gesundheitswissenschaftlerin (MA Public Health) mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung und Prävention, Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Jade Hochschule, Dozentin der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

**Weitere Informationen und schriftliche Anmeldung:**  
Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.