



KYN Academie

KUNDALINI YOGA NEDERLAND

Inspireren en verbinden!



DE KYN ACADEMIE PRESENTEERT: EHBO EN REANIMATIE VOOR YOGADOCENTEN

Weet jij als yogadocent wat je moet doen wanneer een van je leerlingen onwel wordt, flauwvalt, hartklachten krijgt of onverhoopt uitglijdt in de zaal? Je gaat ervan uit dat het niet gebeurt, maar mocht er toch een keer iets aan de hand zijn, dan wil je waarschijnlijk wel goed voorbereid zijn. Collega Sat Nishan/ Marleen uit Haarlem heeft speciaal voor yogadocenten deze workshop georganiseerd.

Inhoud workshop

Tijdens de workshop komen de volgende thema's aan bod:

- Vijf belangrijke punten bij het verlenen van EHBO
- Vitale functies: hersenen, hart (bloedsomloop) en longen (ademhaling)
- De buik-naar-rugligging en de stabiele zijligging
- Twee belangrijke handgrepen: de noodvervoersgreep Rautec (een greep waarmee je een 'slachtoffer' het beste vervoert) en de handgreep van Heimlich (die je gebruikt bij verslikking/verstikking)
- Reanimeren. We oefenen op reanimatiepoppen en met AED's.

Er komt wat theorie aan de orde, maar we zijn vooral praktisch bezig met oefenen. Het wordt een intensieve, leerzame en leuke dag die handvatten geeft om te handelen als het nodig is.

Over de docent

De workshop wordt gegeven door Daphne van Lunzen. Zij is onder meer trainer/docent anatomie en gekwalificeerd reanimatie/AED-instructeur. Zij geeft al jaren cursussen EHBO en reanimatie aan yogadocenten vanuit allerlei tradities.





KYN Academie

KUNDALINI YOGA NEDERLAND

Inspireren en verbinden!



Over de KYN Academie

De KYN Academie organiseert regelmatig na- en bijscholing voor Kundalini Yogadocenten. Na deze EHBO-workshop volgen andere workshops en cursussen. Heb jij ook een idee voor een cursus of behoefte aan bepaalde bijscholing en misschien wel zin om dit te organiseren voor KYN? We horen het graag!

Praktisch

- Wanneer: zaterdag 5 april 2025
- Kosten: KYN-leden € 50, niet KYN-leden € 80 (Tip: wordt meteen lid 😊. Dat kost maar € 50 voor een jaar)
- De prijs is inclusief: sadhana (optioneel) met ontbijt, een heerlijke lunch en yogi tea
- Locatie: Rudolf Steiner school, Duitslandlaan 3, Haarlem (let op: er is nog een Rudolf Steiner school in dezelfde buurt. Het is niet de Rudolf Steiner school aan de Engelandlaan).
- Parkeren kan gratis in de omliggende straten.
- De locatie is ook goed te bereiken met het OV (er stopt een bus vlakbij de school).
- Maximaal 18 deelnemers
- Na afloop krijgen de deelnemers de inhoudelijke informatie via e-mail nagestuurd.

Programma

- 6.00 – 8.30 sadhana (optioneel)
- 8.30 – 9.30 ontbijt (optioneel, voor na de sadhana)
- 9.30 – 17.00 uur: workshop EHBO voor yogaleraren

Aanmelding

Stuur je aanmelding naar Marleen/ Sat Nishan via info@kundalinitree.nl

Meteen lid worden via <https://www.kundaliniyoganederland.nl/register/>