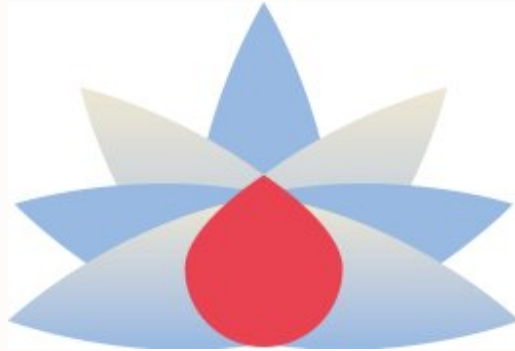




Liebes DeGYT-Mitglied,
herzlich willkommen zur aktuellen Ausgabe des Newsletters.
Wir haben wieder Themen und Neuigkeiten
für dich zusammengestellt.



Aktuelles aus dem Verband

6. DeGYT Yogatherapiekonferenz:

Der neue Termin für die 6. DeGYT Yogatherapiekonferenz in Präsenz steht fest:
Save the Date 31.05. + 01.06.2025

AG Ausbildung:

In der AG Ausbildung gibt es eine Veränderung:
Jürgen Slisch pausiert in seiner Funktion als Leiter der AG Ausbildung. Wir sind froh,
dass Dr. Hedwig Gupta, Mitglied der Gruppe und Ehrenmitglied der DeGYT, die
Leitung kommissarisch übernehmen kann.

Fachartikel und Forschung

Yoga als ergänzende Therapieform bei Diabetes.

[Link zur Studie](#)

Artikel aus "Der Heilpraktiker":

"Yogatherapie bei Diabetes Typ II.

Gesunde Lebensstilveränderungen nachhaltiger unterstützen"

– Lenarz/Ortmann-Heuser.

[Link zum Artikel](#)

Teilnehmer gesucht

Lena Brandes, Studentin der klinischen Psychologie und Yogatherapeutin sucht

Teilnehmende für ihre "Umfrage zu Doshas und Persönlichkeitstheorien".

Die Umfrage dauert 20-30 Minuten.

Als Dankeschön gibt es die Chance auf einen 20 € Geschenkgutschein.

[Link zur Umfrage](#)

Empfehlungen

In unregelmäßigen Abständen möchten wir dir an dieser Stelle verschiedenes vorstellen, was hilfreich im yogatherapeutischen Alltag sein kann.

Wir freuen uns auch auf deinen persönlichen Tipp.

Schreibe uns dazu gern eine Mail an info@degyt.de.

Wir sind gespannt!

Die Reihe beginnt diesmal Sandy Bartels mit einem Buchtipp.

Buchtipp: "**Therapeutisches Yoga und die Polyvagal-Theorie**" von Arielle Schwartz. Arielle Schwartz verbindet in ihrem Buch auf außergewöhnliche Weise die Welten von Yoga und moderner Traumatherapie.

Als Yogatherapeutin schätze ich besonders ihre praxisnahe und klare Integration der Polyvagal-Theorie in die Yogatherapie. Es wird auf verständliche Weise erklärt, wie gezielte Yoga-Praktiken dabei helfen können, den Vagusnerv zu regulieren und das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist wiederherzustellen. Besonders hilfreich fand ich die praxisorientierten Anleitungen für Yoga-Übungen, die sich direkt anwenden lassen. Mit dem starken Fokus auf ganzheitliche Heilung ist dieses Buch eine wertvolle Quelle für alle, die mit chronischem Stress und Trauma auseinandersetzen.

Diese Buch-Empfehlung stammt von Sandy Bartels, Yogatherapeutin aus Todendorf, Schleswig Holstein

Wie immer stehen wir gerne für Deine Fragen und Wünsche zur Verfügung. Vielen Dank für Dein Vertrauen!

Herzliche Grüße,
Dein DeGYT-Vorstand



**Deutsche Gesellschaft für Yogatherapie e.V.
(Degyt)**

Lammstr.1
71679 Asperg

Copyright © *|2024|* *|Degyt|*, Alle Rechte vorbehalten

Kontakt:
www.degyt.de