



## **Yoga für alle e.V. ermöglicht 1.000 soziale Yogastunden**

### **Spendenkampagne #yogahilft**

**Hamburg, den 23.1.2018.**

**1.000 Yogastunden für Menschen mit Trauma, Fluchtgeschichte, psychischer Erkrankung, Essstörungen, im Frauenhaus oder im Strafvollzug – dies zu ermöglichen ist das Ziel von #yogahilft. Die Spendenkampagne des gemeinnützigen Hamburger Vereins *Yoga für alle e.V.* beginnt am 1. Februar und läuft bis zum 23. Juni 2018.**

“In mir ist wieder Frieden” – so beschreibt Ali Alizada, Kriegsflüchtling aus Afghanistan und Teilnehmer an sozialen Yogastunden, die durch *Yoga für alle e.V.* finanziert wurden, seine persönliche Erfahrung. Denn Yoga kann helfen, die Gesundheit von Körper, Geist und Seele zu erhalten, zu stärken und – therapiebegleitend – Heilungsprozesse zu unterstützen.

Um Menschen wie Ali zu unterstützen, hat *Yoga für alle e.V.* die **Spendenkampagne #yogahilft** ins Leben gerufen. Mit ihr sollen 2018 insgesamt 1.000 soziale Yogastunden finanziert werden. Sie kommen Menschen zugute, die wegen Trauma, Fluchtgeschichte, psychischer Erkrankung, Essstörungen, Gewalterfahrung oder Straffälligkeit in der Obhut einer sozialen oder staatlichen Einrichtung sind. „Wir erfahren bei unserer Arbeit immer wieder, dass Yoga therapiebegleitend unterstützen und das Leben der Teilnehmer wieder heller machen kann. Dieses Licht möchten wir an so viele Menschen wie möglich weitergeben,“ so Cornelia Brammen, Gründerin und Vorstand von *Yoga für alle e.V.*

Die Kampagne **#yogahilft** startet am 27. Januar 2018. Den Abschluss bildet die [LANGENACHTDESYOOOGA](#) am 23. Juni 2018 (Veranstalterin: *Yoga für alle e.V.*). Angestrebt ist eine Spendensumme in Höhe von 30.000 €. Das entspricht dem Honorar für 1.000 Yogastunden.

Die Yogalehrenden des Vereins sind für das Unterrichten in sozialen Projekten besonders qualifiziert: Sie haben eine zertifizierte Ausbildung durchlaufen, können

Kontakt:

Yoga für alle e.V. | Fruchttalweg 19 | 20259 Hamburg

Pressebeauftragte: Susanne Jung | [presse@yoga-fuer-alle-ev.de](mailto:presse@yoga-fuer-alle-ev.de) | 0178 - 51 62 965

Gründerin und Vorstand: Cornelia Brammen | [vorstand@yoga-fuer-alle-ev.de](mailto:vorstand@yoga-fuer-alle-ev.de) | 0163 - 70 80 914



eine zweijährige regelmäßige Unterrichtspraxis sowie eine Fortbildung in traumasensiblen Yoga nachweisen.

Weitere Informationen unter [yogahilft.com](http://yogahilft.com).

### **Über den Verein:**

*Yoga für alle e.V. wurde 2014 von der Yogalehrerin Cornelia Brammen zusammen mit Menschen gegründet, die um die Kraft des Yoga wissen. Die Mission des Vereins ist es, Menschen in der Obhut einer sozialen oder staatlichen Einrichtung, die keine Teilhabe am Yogaunterricht in regulären Studios haben, eine Yoga-Erfahrung zu ermöglichen und so deren körperliche, geistige und seelische Gesundheit zu fördern. Dabei verfolgt der Verein kein kommerzielles Interesse. Mit 50 Aktiven und mehr als 20 erfahrenen LehrerInnen ermöglicht er Yogastunden bei Trauma, Flucht, Depression, Essstörungen, im Frauenhaus oder im Strafvollzug. Unter anderem finanziert Yoga für alle e.V. seine Angebote durch Einnahmen aus dem Fundraising-Event LANGENACHTDESYOOOGA, das 2018 bereits zum fünften Mal und mittlerweile an 9 Orten in Deutschland und der Schweiz stattfindet.*

Kontakt:

Yoga für alle e.V. | Fruchttallee 19 | 20259 Hamburg

Pressebeauftragte: Susanne Jung | [presse@yoga-fuer-alle-ev.de](mailto:presse@yoga-fuer-alle-ev.de) | 0178 - 51 62 965

Gründerin und Vorstand: Cornelia Brammen | [vorstand@yoga-fuer-alle-ev.de](mailto:vorstand@yoga-fuer-alle-ev.de) | 0163 - 70 80 914