

## **Tagesfortbildung am 25.10.2018 (Beginn 09:00 Uhr)**

### **„Hebst du noch oder bewegst du schon?“**

*Bewegungsförderung für Bewohner und Entlastung der Mitarbeiter/innen*

#### **Zielgruppe:**

Mitarbeiter/innen in der Pflege

#### **Inhalte:**

- ✓ Es werden Aktivitäten aus dem beruflichen Alltag exemplarisch bearbeitet, die schwer fallen und körperlich anstrengend sind, z.B. Transfer: Umsetzen von Bettkante zum Rollstuhl und zurück, nach-oben-bewegen im Bett, Lagerungen (Rückenlage/Seitenlage/Mikrolagerung)
- ✓ Reflexion bezüglich der Wirkung auf die eigene Bewegung / eigene Gesundheit, sowie die positive Wirkung hinsichtlich Förderung der Mobilität der Bewohner

#### **Methodik:**

- ✓ Instrumente aus der Kinästhetik werden genutzt, um die eigene Bewegung zu beschreiben und zu verstehen, sowie den Nutzen für den Pflegealltag zu verdeutlichen

#### **Hinweis:**

Bitte bequeme Kleidung tragen, Socken, Schreibmaterial und eine Decke (und/oder Gymnastikmatte) sowie 2 Handtücher mitbringen

#### **Dozentin:**

Gudrun Dänner, MH Kinästhetik-Trainerin & Dozentin, Lehrerin für Pflegeberufe

#### **Veranstaltungsort:**

Festsaal im Kloster Altenberg,  
09:00 bis 16:15 Uhr

#### **Kosten:**

95,- € inkl. Mittagessen sowie Kaffee und Kuchen am Nachmittag

