

Kinästhetik – zur Mobilitätsförderung und Selbstpflege

Kinästhetik ist ein Bewegungs- und Analysemodell zur Unterstützung von menschlichen Aktivitäten und Funktionen. Im Mittelpunkt steht die Interaktion zwischen Pflegenden und den zu pflegenden Menschen.

Der Tag soll dazu dienen, Möglichkeiten des menschlichen Positionswechsels und der Lageunterstützung wahrzunehmen, zu analysieren, um dann einen einfacheren, schmerzfreieren und angenehmeren Bewegungsablauf gestalten zu können. Zugleich soll auf die eigenen Bewegungsmöglichkeiten aufmerksam gemacht werden, damit auch das Leben der Pflegenden aktiv und gesund erhalten werden kann.

Inhalte:

- Bewegungserfahrungen am eigenen Körper sowie in Partnerübungen
- Zusammenhang von Bewegung und Gesundheit
- Anwendung der sechs kinästhetischen Konzepte für mich selbst und für den zu Pflegenden

| | |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Kurs-Nummer: | 230511 |
| Zielgruppe: | Pflegekräfte und Interessierte |
| Termin: | 11.05.2023, 8.30 bis 16.00 Uhr |
| Ort: | Martha-Maria Bildungszentrum, Nürnberg |
| Dozentin: | Andrea Döppert |
| Teilnehmerzahl: | 20 |
| Anmeldung: | bis 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin |
| Kosten: | 130,00 Euro inklusive Seminarunterlagen und einem Verpflegungsangebot |