

Nr. 02/12**FB-P. 5***Termin:***Donnerstag, 09.02.2012***Zeit:*

9.00 – 14.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

maximal 15 Personen

Kosten:

60,00 EUR

Zielgruppe:

MitarbeiterInnen der Alten- und Behindertenhilfe, PflegeassistentInnen

*Veranstaltungsort:*Geschäftsstelle Lebenswege gGmbH
Hinterhaus, Seminarraum 3. OG
Gubener Str. 49, 10243 Berlin*Kontakt:*

Tel.: 030 – 446 872 0

Fax: 030 – 446 872 -40

fortbildung@lebenswege-berlin.de

Heben und Bewegen nach den Prinzipien der Kinästhetik

Jürgen Albert*Physiotherapeut, Rückenschullehrer,**Dozent für Bewegungslehre*

Der Inhalt setzt sich aus folgenden Schwerpunkten zusammen:

- Übungen zur Körperwahrnehmung und Sensibilisierung
- Rückenschule als Präventionsmaßnahme
- Interaktion (gemeinsames Handeln)
- Handling (therapeutische Handhabung) und Lagerung als aktive Maßnahme
- Rückenschonende Transfertechniken (Bewegungsübergänge)
- sinnvoller Einsatz von Hilfsmitteln

Um die Bewegungen zu harmonisieren, kommen Prinzipien der Kinästhetik und des Bobath-Konzeptes zum Einsatz: Die AssistenznehmerInnen werden zur Mithilfe angeregt, um als aktive Bewegungspartner zu agieren. Es wird ein besonderes Augenmerk auf die Körpersprache durch klare Informationen (über Berührung und Raumrichtungen) gelegt. Die Verschmelzung zu einem Bewegungskörper erlaubt sowohl den AssistentInnen als auch den AssistenznehmerInnen einen Perspektivwechsel. Das Bewegungswissen beider wird optimal eingesetzt. AssistentInnen und AssistenznehmerInnen erhöhen spürbar ihre Kompetenzen im täglichen Umgang miteinander.

Mitzubringen sind:

bequeme Kleidung und ein Handtuch