



MEHR BEWEGLICHKEIT ERREICHEN

MIT EINEM GRUNDKURS KINAESTHETICS ZUR UNTERSTÜTZUNG PFLEGENDER ANGEHÖRIGER

Ein Angebot der Pflegekasse
bei der **BARMER GEK XXXXXXXX**
in Zusammenarbeit mit der/dem
Kinaesthetics-Trainer/in
XXXXX XXXXX

INFOABEND

XXXXXX, XX.XX.XXXX, XX:XX Uhr

KURSBEGINN

XXXXXX, XX.XX.XXXX

UHRZEIT

xx:xx Uhr

ANMELDUNG

XXXXX XXXXX
Tel. XXXX
Fax XXX
Mobil
info@musterstadt.de

KURSDAUER

XXX

REFERENT/IN

XXX
XXX

Die Kosten für die Unterlagen und das
Kinaesthetics-Zertifikat betragen 25,- €.

ORT

XXX
XXXXX
XXX (Straße)
XXXXX XXXXX (Ort)





WAS IST KINAESTHETICS?

SICH ENTLASTEN UND WIRKSAM HELFEN

Das zentrale Thema von Kinaesthetics ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung bei alltäglichen Aktivitäten. Die Qualität unserer meist unbewussten Bewegungsmuster hat einen erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheitsentwicklung und Lebensgestaltung.

Kinaesthetics hilft Ihnen sensibler für Ihre eigene Bewegung zu werden. Die bewusste Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung sowie die Entwicklung der Bewegungskompetenz leisten bei jedem Menschen jeden Alters einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheits-, Entwicklungs- und Lernförderung.

DAS PROGRAMM KINAESTHETICS PFLEGENDE ANGEHÖRIGE:

Wenn Sie Angehörige pflegen, bewältigen Sie in Ihrem Alltag große Herausforderungen. Zusätzlich zu Ihrem Alltag helfen Sie dem pflegebedürftigen Menschen bei der Verrichtung seiner alltäglichen Aktivitäten z. B. aufstehen, waschen, sich anziehen oder essen und haben die Aufgabe, für seine Lebensqualität zu sorgen. Diese Doppelrolle kann leicht zu einer Überforderung werden.

Im Programm Kinaesthetics Pflegende Angehörige lernen die TeilnehmerInnen, ihre eigene Bewegungskompetenz zu entwickeln und diese zu nutzen, um ihre Angehörigen in ihren täglichen Aktivitäten zu unterstützen. Kinaesthetics leistet einen lebenspraktischen und für alle Beteiligten hilfreichen Beitrag zur Erhaltung höchstmöglicher Lebensqualität.

WEITERE INFORMATIONEN FINDEN SIE UNTER WWW.WIR-PFLEGEN-ZUHAUSE.DE

INHALTE IM GRUNKURS KINAESTHETICS PFLEGENDE ANGEHÖRIGE:

- Sensibel werden für die eigene Bewegung
- Der Umgang mit Gewicht
- Bewegungsmuster verstehen
- Unterstützen als Lernangebot
- Der Lernprozess in der Familie
- Der Umgang mit Hilfsmitteln