

KINAESTHETICS: GRUNDKURS

OBJECTIFS/ZIELE

Konzepte kennen lernen, die Kinaesthetics für ihre Bewegungskompetenz anbietet. Diese Werkzeuge können für jegliche alltägliche menschliche Aktivität benutzt werden, auf persönlicher wie beruflicher Ebene.

CONTENUS/INHALTE

Das Lernen mit Kinaesthetics fängt in der Eigenbewegung an. Durch dieses Training des "Achten auf sich" in jeder Aktion wird es dem Kursteilnehmer möglich:

- die eigenen Annahmen über Gesundheit und Lernen beim pflegebedürftigen Menschen zu überprüfen und wenn notwendig anzupassen
- die Rolle der eigenen Bewegung in Gesundheits- und Lernprozessen zu entdecken und vertiefen
- Bewegungssensibilität und Handlingskompetenz mit Patienten entwickeln

Wenn Menschen, krank oder gesund, sich einfacher und effektiver in Positionen und bei Fortbewegungsaktivitäten bewegen ist die Wirkung auf alle inneren vitalen Prozesse wie Atmung, Kreislauf etc. positiv.

Wenn Pflegende / Betreuer in sich selbst ein wirksameres Bewegen erfahren, wenn sie lernen immer weniger zu heben und körperliche Leichtigkeit im Tun erleben, dann reduzieren sie Verzerrungen und Verletzungsgefahr; sie entwickeln Bewegungskompetenz. In vielen Fortbewegungsaktivitäten, wo oft zwei Pflegekräfte zusammenarbeiten, lernen die Teilnehmer alleine zu arbeiten. Sie entwickeln Selbstwirksamkeit.

Die Lernmethode erlaubt ihnen:

- anhand der eigenen Körpererfahrung die jeweiligen Inhalte zu bearbeiten
- dieses Verständnis in die Bewegungsanleitung von Partnern zu übertragen
- berufliche Aktivitäten aus ihrem Arbeitsfeld anhand der Kinaestheticskonzepte zu bearbeiten

PUBLIC CIBLE/ZIELGRUPPE

Alle Mitarbeiter von elisabeth-handicap und elisabeth-senior (min.8 - max.16 P.)

FORMATEUR/REFERENT

Daniela FOCHS

LANGUE/SPRACHE

Lëtzebuergesch

DUREE/DAUER

3 Tage + 1 Stunde Praxisbegleitung, 23,5 Stunden

DATES/TERMINE

Termin 1:

10. + 11.02.2025
17.03.2025 (Praxisbegleitung)
18.03.2025

Termin 2:

06. + 07.10.2025
17.11.2025 (Praxisbegleitung)
18.11.2025

HORAIRE/ZEITPLAN

08:30-16:30 Uhr (außer 17.03.2025 und 17.11.2025 – Termin nach Vereinbarung)

LIEU/ORT

Institut St Joseph, Betzdorf

REMARQUE/ANMERKUNG

Angenehme Kleidung, warme Antirutsch Socken und etwas zum Schreiben. Eine Wolldecke kann bequem sein.
Ab dem 3. Tag: 2 Handtücher und ein größeres Badetuch

Kontakt:

Daniela FOCHS ép. Bohn

00352-621394810