



## Fortbildung für Fachpersonen aus Gesundheits- und Sozialberufen

# Kinaesthetics - Grundkurs (4 Tage)

### Themen:

Interaktion / Funktionale Anatomie / Menschliche Bewegung / Anstrengung / Menschliche Funktion / Umgebung

### Ziele:

Die Teilnehmenden

- kennen die Bedeutung der eigenen aktiven Bewegung und der Selbstkontrolle bei alltäglichen Aktivitäten im pflegerischen Tun
- kennen die grundlegenden Kinaesthetics Konzepte und haben deren Bedeutung für ihr Arbeitsfeld reflektiert
- sind in der Lage, Menschen einfacher in ihrem Bewegen anzuleiten und sie dadurch in ihrer Gesundheitsentwicklung zu unterstützen
- entwickeln ihre persönlichen Bewegungs- und Handling-Fähigkeiten, um das Risiko von Überlastungsschäden und berufsbedingten Verletzungen zu reduzieren

### Arbeitsweise

Im Grundkurs wird mit folgenden Lernschritten gearbeitet:

- anhand der eigenen Körpererfahrung die jeweiligen Inhalte bearbeiten
- Bewegungsanleitung an und mit gesunden Menschen in Partnerarbeit üben
- praktische Anwendungen aus Ihrem Arbeitsfeld mit Patienten/Bewohnern am Pflegebett bearbeiten
- anhand des Arbeitsbuches die Bewegungserfahrungen und ihre Bedeutung reflektieren

### Zielgruppe

Diplomierte Pflegefachpersonen, Fachfrau/Fachmann Gesundheit EFZ

### Zertifikat

Nach Beendigung des Grundkurses erhalten die Teilnehmer\*innen ein Grundkurs-Zertifikat.

### Mitbringen

Bitte eigene Matte/Decke mitbringen für die Übungen am Boden und bequeme Kleidung.

### Leitung

Karin Bucher, Kinaesthetictrainerin Stufe III

Nina Schalch, Kinaesthetictrainerin Stufe II

### Daten / Zeit

4 Tage: 12. September / 13. September / 31. Oktober / 06. Dezember 2024  
 Jeweils 08.00 – 16.00 Uhr

### Ort

Spital Uster, Brunnenstr. 42, 8610 Uster, Forum

### Anzahl Teilnehmende

Mindestens 8 - maximal 16 Personen

### Anmeldung

Via Formular auf der Website: <http://www.gesundheitsmeile-uster.ch/Fortbildung.htm>

### Anmeldeschluss

31. Juli 2024



## **Kosten**

CHF 810.- inkl. Kursunterlagen von Kinaesthetics Schweiz

## **Annulationskosten durch die Teilnehmer\*innen**

Bei Nichterscheinen oder Abmeldung erheben wir folgende Annulationsgebühren:

- vor 6 Wochen vor Kursbeginn: 50% der Kurskosten
- weniger als 14 Tage vor Kursbeginn und bei Nichterscheinen: 100% der Kurskosten
- bei Abmeldung und Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses: 50% der Kurskosten

Die Stornierung muss in Schriftform erfolgen.

## **Annullierung**

Die Gesundheitsmeile behält sich vor, Kurse bei ungenügender Teilnehmerzahl abzusagen. In diesem Fall erstatten wir bereits gezahlte Kursgebühren und/oder buchen Sie auf Wunsch kostenlos auf einen Alternativtermin um.

Es gelten die allgemeinen Bestimmungen für die Fortbildungen.