

Alltagskompetenzen durch Bewegung erhalten

Termin	11.07.2024 09.00–16.15 Uhr
Kurs	5981
Teilnahmegebühr	Die Teilnahmegebühr inklusive der Unterlagen beträgt 145,- €.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich mit dem umseitigen Formular bzw. online unter www.bildungszentrum-wohlfahrtswerk.de an.

Rücktritt

Anmeldungen können bis zur schriftlichen Bestätigung seitens des Wohlfahrtswerks kostenlos storniert werden. Bis drei Werktage vor Seminarbeginn werden 50 Prozent der Kursgebühr fällig, danach wird der gesamte Rechnungsbetrag fällig.

Ansprechpartner

Sekretariat Tel. 07 11 / 6 19 26-823

Anfahrt

Bildungszentrum Wohlfahrtswerk
Silberburgstraße 93 · 70176 Stuttgart
Sekretariat Tel. 07 11 / 6 19 26-824
Fax 07 11 / 6 19 26-849
info-bildungszentrum@wohlfahrtswerk.de

Stadtbahn: Linie U2, U4, U14, U29 und U34
Haltestelle Berliner Platz

S-Bahn: Haltestelle Stadtmitte
oder Feuersee

Parkmöglichkeiten: Parkhaus Tivoli
Parkhaus Liederhalle/Bosch-Areal

Das Bildungszentrum ist barrierefrei



Alltagsgestaltung & Betreuung



Bildungszentrum
Wohlfahrtswerk

11.07.2024
Stuttgart

Alltagskompetenzen durch Bewegung erhalten

Thema

Bewegung wirkt sich über den Körper positiv auf Geist und Seele aus. Durch kurze Bewegungseinheiten, die sich mühelos und ohne großen Zeitaufwand in den Tagesablauf integrieren lassen, werden Bewegungseinschränkungen vorgebeugt und Alltagskompetenzen somit erhalten. Die Übungen können ohne großen Aufwand am Tisch durchgeführt werden.

In diesem Kurs werden gezielte Übungen zur Erhaltung der Alltagskompetenz vorgestellt. Mit Kleingeräten wird Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und die Koordination der Bewohner*innen verbessert. Die Körperwahrnehmung wird geschult und Schmerzen können reduziert werden.

Ein kleiner Zirkel mit Übungen von Kopf bis Fuß wird erlernt und gemeinsam geübt. Dieser kann in Teilen (von Montag bis Sonntag) oder komplett mit den Bewohner*innen durchgeführt werden.

Zielgruppe

Mitarbeitende aus Pflege und Betreuung

Inhalte

- Bewegungsübungen mit Kleingeräten
- Übungen direkt am Tisch
- Training der allgemeinen Kondition und Koordination
- Vorstellung eines „Zirkeltrainings“

Referentin

Bettina Mayer
Sporttherapeutin
Sportlehrerin

Datenschutzinformation: Wir verarbeiten Ihre Daten auf Grundlage der EU-Datenschutz Grundverordnung, Rechtsgrundlage ist Artikel 6 Absatz 1 lit. b und lit. f) zum Zweck der Anmeldung, Betreuung und Direktmarketing für unsere Seminare. Weitere Datenschutz-Teilnehmerinformationen erhalten Sie auf unserer Internetseite: www.wohlfahrtswerk.de/datenschutz und www.wohlfahrtswerk.de/bz-anmeldebedingungen

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zu der Fortbildung „Alltagskompetenzen durch Bewegung erhalten“ verbindlich an: Kurs-Nr. 5981 am 11.07.2024

Kosten übernimmt Arbeitgeber: ja nein

Anschrift Ihrer Einrichtung (bitte in Druckschrift!)

.....
Name/Vorname

.....
Einrichtung

.....
Straße

.....
PLZ/Ort

.....
Telefon/Fax

.....
E-Mail geschäftlich

.....
E-Mail privat

.....
Unterschrift

Anmeldung bitte senden/faxen an:

Bildungszentrum Wohlfahrtswerk
Silberburgstraße 93
70176 Stuttgart
Tel. 0711 / 619 26-821 /-822
Fax: 0711 / 619 26-849