

## Fortbildung für Pflegefachpersonen

# Kinaesthetics in der Pflege - 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 ihrer Bewegungen 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

### Leitung

Nelli Hess, Pflegefachfrau HF / Kinaesthetictrainerin Stufe II

Angelika Bernet, Pflegefachfrau HF, Kinaesthetictrainerin Stufe II

### Daten / Zeit

4 Tage: 5. April 2019 / 24. Mai 2019 / 14. Juni 2018 / 17. Juli 2019, Jeweils 08.00 – 16.00 Uhr

### Ort

Spital Uster, Brunnenstrasse 42, 8610 Uster, Forum

### Anmeldung

Im Formular auf unserer Website oder an folgende E-Mail Adresse:

[fortbildung.pflege@spitaluster.ch](mailto:fortbildung.pflege@spitaluster.ch)

### Kosten

CHF 760.– zuzüglich CHF 50.– für Kursunterlagen

### Annulationskosten:

Bei Nichterscheinen oder Abmeldung erheben wir folgende Annulationsgebühren:

- bis 14 Tage vor Kursbeginn: 30% der Kurskosten
- weniger als 14 Tage vor Kursbeginn und bei Nichterscheinen: 100% der Kurskosten
- bei Abmeldung und Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses: 50% der Kurskosten

### Anzahl Teilnehmende

Mindestens 12 - maximal 16 Personen

### Zertifikat

Nach Beendigung des Grundkurses erhalten die TeilnehmerInnen von Ihrer Länderorganisation das Grundkurs-Zertifikat. Die Teilnahme an einem Kinaesthetics in der Pflege Grundkurs ist Voraussetzung für die Teilnahme an einem Aufbaukurs „Kinaesthetics in der Pflege“.