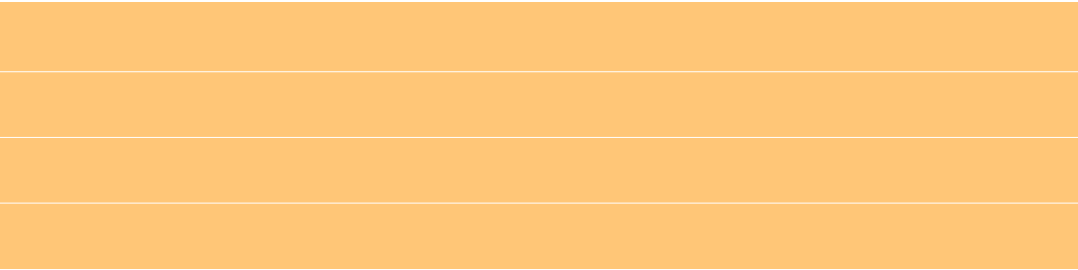


**Notizen:**



Michael Mittnacht, Graf-Taube-Str. 5, 97980 Bad Mergentheim, Tel.: 07931/51721

# Kinaesthetics für Pflegende Angehörige

Wenn die Pflege zu „schwer“ wird!  
Richtig bewegen, gesünder leben!



**BARMER  
GEK** die gesund  
experten



## Kinaesthetics Grundkurs

### KURSE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Dieses Angebot wird durch die Kooperation von Kinaesthetics-Deutschland und der Barmer GEK Pflegekasse getragen.



**Beruf:**

Ich arbeite im Caritaskrankenhaus Bad Mergentheim als Fachkrankenpfleger für Anästhesie und Intensivmedizin.

**Qualifikationen:**

- 85 - 88 Krankenpflegeausbildung
- 96 - 98 Fachausbildung Intensivmedizin
- 02 - 03 Weiterbildung zur Stationsleitung
- 04 + 05 Grund- und Aufbaukurs Kinaesthetics
- 06 Peer-Tutor Kinaesthetics
- 09 - 10 Trainerausbildung  
Stufe 1 Kinaesthetics in der Pflege
- 10 - 11 Trainerausbildung  
Stufe 2 Kinaesthetics in der Pflege
- 12 - 13 Brückenausbildung Kinaesthetics für pflegende Angehörige

Ab Okt. 2013 Ausbildung zum Aufbaukurstrainer



**Individuelle  
Bewegungsunterstützung  
für Angehörige und  
Pflegerbedürftige**



### MICHAEL MITTNACHT

Graf-Taube-Str. 5 97980 Bad Mergentheim

Tel.: 07931/51721 Mobil 0174/97 25 0 76

E-Mail: michael.mittnacht@kinaesthetics-net.de

Web: <http://www.kinaestheticstrainer.de>

Stand: September 2012

**Hausbesuche und  
Beratung nach Ihren  
Bedürfnissen.**

**BARMER  
GEK** die gesund  
experten

## Kinaesthetics Pflegende Angehörige



Menschen, die einen Angehörigen pflegen, bewältigen in ihrem Alltag große Herausforderungen. Sie führen einerseits ihr eigenes Leben und helfen andererseits dem pflegebedürftigen Menschen bei der Verrichtung seiner alltäglichen Aktivitäten, so z.B. beim Aufstehen, bei der Körperpflege, beim Ankleiden, Sich-in-den-Rollstuhl-Setzen, Essen. Diese Doppelrolle kann leicht zu einer Überforderung werden und die Gesundheit aller Beteiligten beeinträchtigen...

### Kursangebote

Basiskurse für das Programm Kinaesthetics Pflegende Angehörige werden von speziell dafür ausgebildeten Kinaesthetics-TrainerInnen angeboten. Eine Liste von TrainerInnen, die in Kooperation mit Kinaesthetics Deutschland arbeiten und sich durch regelmässige Fortbildungen an einem kontinuierlichen Qualitätsentwicklungsprozess beteiligen, befindet sich auf [www.kinaesthetics.de](http://www.kinaesthetics.de).

### Zielgruppe

Der Grundkurs Kinaesthetics Pflegende Angehörige richtet sich an Personen, die ohne professionelle Ausbildung ihre pflegebedürftigen Angehörigen oder FreundInnen/Bekanntes pflegen und betreuen.

### Inhalte

1. Sensibel werden für die eigene Bewegung
2. Der Umgang mit Gewicht
3. Bewegungsmuster verstehen
4. Unterstützen als Lernangebot
5. Der Lernprozess in der Familie
6. Der Umgang mit Hilfsmitteln
7. Reflexion des eigenen Lernprozesses

### Ziele

Die TeilnehmerInnen erfahren und kennen die 6 Kinaesthetics-Konzepte und bringen diese mit ihrer häuslichen Pflegesituation in Verbindung.  
Erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten.  
Lenken während der täglichen Pflege und Betreuung mit Hilfe einzelner Konzeptblickwinkel ihre Aufmerksamkeit bewusst auf ihre eigene Bewegung.  
**Entwickeln erste Ideen für ihre häusliche Pflegesituation, um die Selbstständigkeit des pflegebedürftigen Angehörigen zu unterstützen und für sich selbst körperliche Entlastung zu finden.**

### Kursdauer

Die empfohlene Kursdauer beträgt 21 Stunden. Eine Strukturierung des Kurses als Lernphase begünstigt eine nachhaltige Umsetzung in der Praxis.

Quelle und weitere Informationen finden Sie unter [www.wir-pflegen-zuhause.de](http://www.wir-pflegen-zuhause.de)

### Termine/ Kursort/ Zeiten:

finden Sie im Internet unter [www.kinaestheticstrainer.de](http://www.kinaestheticstrainer.de) oder telefonisch unter 07931/51721

### Gebühren:

Die Kosten werden von der Pflegekasse übernommen, außer einem Eigenanteil von 25 € für Arbeitsbücher. (Entwicklungsgebühr)  
Die Kurse finden in Kooperation mit der Barmer GEK statt.

Ich behalte mir vor, Kurse bis zu 3 Tage vor Beginn abzusagen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

### Was ist mitzubringen:

Bitte bringen Sie eine Decke, warme-rutschfeste Socken, bequeme Kleidung und Schreibmaterial mit.

### Sie möchten eine Beratung und weitere Informationen:

Kontaktmöglichkeiten (siehe Rückseite). Ich berate Sie gerne.

### Anmeldeformular:

ICH MELDE MICH HIERMIT FÜR DEN GRUNDKURS  
KINAESTHETICS FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

KURS-NR.: \_\_\_\_\_ AN.

N A M E , V O R N A M E

S T R A B E , H A U S - N R . :

P L Z , O R T

T E L E F O N

E - M A I L

**DIESE ANMELDUNG IST VERBINDLICH.**

Datum, Ort

Unterschrift

Entweder per Mail an [Michael.mittnacht@kinaesthetics-net.de](mailto:Michael.mittnacht@kinaesthetics-net.de) oder per Post.