



Mobilisieren- Aktivieren-Motivieren

Ziele

Wer bewegt sich nicht gerne? Bewegung verbindet. Wie aber kann ich meine Bewegungseinheit abwechslungsreich und kreativ gestalten?
Welche Materialien oder Kleingeräte kann ich einsetzen? Müssen wir in der Kommunikation etwas verändern?

Wir erarbeiten Aktivierungsmöglichkeiten aus alltäglichen Materialien und Gegenständen, die vielleicht alle wieder neu **Mobilisieren- Aktivieren & Motivieren**

Inhalte:

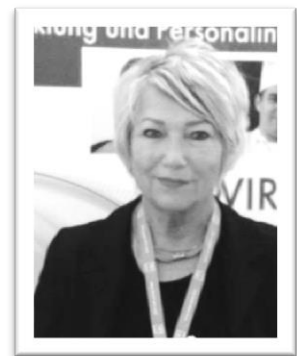
- Funktionsgymnastik – Verbesserung motorischer Grundeigenschaften, kommend aus der Wirbelsäulengymnastik und der Rückenschule
- kleine Spiele/ gymnastische Übungen und Freud betonte Erwärmungs-Methoden
- geeignete Spiele für ältere Menschen mit und ohne Behinderung, Spielanleitung
- Entspannungsverfahren, Progressive Muskelentspannung, Fantasiereisen
- Musik und Rhythmus (singen, Rhythmus, Musikhören, Seniorentanz, Sitztanz)

Zielgruppe:

Menschen, die in der sozialen Betreuung von Senioren und Menschen mit Demenz tätig sind, Mitarbeiter in sozialen und betreuenden Diensten, z.B. Bundes freiwilligen Dienst, zusätzliche Betreuungskräfte, ehrenamtliche Mitarbeiter, alle Interessierte

Methoden: Vortrag, Plenumsdiskussion, Übungen

| Termin | Veranstaltungsort | Zeit |
|--|-------------------------------------|---------------------|
| 22.01.2019 | Doberaner Straße 112, 18057 Rostock | 09:00 bis 16:15 Uhr |
| Seminargebühr: 165,00 € Im Preis enthalten sind Seminarunterlagen, Zertifikat und Pausengetränke | | |
| ANMELDUNGEN Vor-und Zunamen, | E-Mail-Adresse | |
| Unternehmen | Ort, Datum, Unterschrift | |



Ihre Ansprechpartnerin:

Heidi Buchfink

0381 444 380 03

buchfink@adwi.de



Ihre Dozentin:

Tamara Schiele

Lizenzierte

Gedächtnistrainerin