



## **Kinästhetik für pflegende Angehörige**

Der Pflegestützpunkt Haßloch lädt in Zusammenarbeit mit dem Theodor-Friedrich-Haus-Haßloch zu einer Informationsveranstaltung über Kinästhetik ein.

Kinästhetik-Konzepte bieten Möglichkeiten, die körperliche Belastung der Pflegenden zu reduzieren und die individuellen Fähigkeiten pflegebedürftiger Menschen mit einzubeziehen.

In diesem Jahr ist erneut ein Kurs mit Sybille Markgraf geplant.

Frau Markgraf ist examinierte Krankenschwester und Trainerin für Kinästhetik Kurse.

### **Um was geht es in einem Kinästhetik Grundkurs?**

Kinästhetik vermittelt den Teilnehmern Basiswissen über Bewegung. Sie lernen Menschen ohne große körperliche Anstrengung zu bewegen, Bewegungsabläufe zu unterstützen und die Fähigkeiten des zu Pflegenden gezielt mit einzubeziehen. Das Ziel ist die Erleichterung der Pflege, die Schonung des Rückens, um selbst gesund zu bleiben und die Pflege zu Hause besser bewältigen zu können.

### **Kursinhalt**

Im Kurs werden praktische Fähigkeiten wie das rückengerechte Aufstehen vom Stuhl, Drehen und Lagern im Bett und vieles mehr vermittelt.

Nähere Informationen können beim Pflegestützpunkt Haßloch eingeholt werden.

### **Informationsabend**

Der Informationsabend ist kostenlos und findet am 11.06.2023 im Theodor-Friedrich-Haus, Heinrich-Brauch-Straße 33 in Haßloch statt. Beginn ist um 17 Uhr, Dauer ca. 1,5 Stunden.

Es wird gebeten, sich vorher beim Pflegestützpunkt Haßloch anzumelden!

Unter folgender Telefonnummer:

06324/5930421

06324/5930422

oder per E-Mail:

[waltraud.roos@pflegestuuetzpunkte-rlp.de](mailto:waltraud.roos@pflegestuuetzpunkte-rlp.de)

[jacqueline.kern@pflegestuuetzpunkte-rlp.de](mailto:jacqueline.kern@pflegestuuetzpunkte-rlp.de)