

Was ist Kinaesthetics?

= Kunst der Bewegungswahrnehmung
Das zentrale Thema von Kinaesthetics ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung in alltäglichen Aktivitäten.
Dabei haben normale unbewusste Bewegungsabläufe erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheitsentwicklung und Lebensgestaltung.
Mit Kinaesthetics lernen Sie sensibel für Ihre eigene Bewegung zu werden und Ihre persönlichen Handlungsspielräume zu erweitern.

Häusliche Schulung

Sind Sie Angehöriger und pflegen ihren Partner, ihre Eltern oder ihr behindertes Kind.
Kinaesthetics bietet ihnen eine Möglichkeit mehr auf ihre Gesundheit und Lebensqualität zu achten um ihren Rücken zu schonen, zb. beim Autotransfer oder aus dem Bett und in den Nachtstuhl.
Sie können eine 2-3 stündige häusliche Schulung auf der Grundlage des § 45 SGB XI bei bestehen eines Pflegegrades erhalten.
Die Kosten trägt die Krankenkasse.

Kurse

Wenn Sie Angehörige pflegen, bewältigen Sie in Ihrem Alltag große Herausforderungen. Sie führen Ihr eigenes Leben und helfen dem pflegebedürftigen Menschen bei der Verrichtung seiner alltäglichen Aktivitäten wie z.B. aufstehen, waschen, sich anziehen oder essen. Sie Können einen Pflegekurs von 4-6 Tagen besuchen.
Die Kosten trägt die Krankenkasse

Weitere Informationen finden Sie unter

www.kinaesthetics.de
www.wir-pflegen-zuhause.de

Lebensqualität im Pflegealltag für pflegende Angehörige und ehrenamtliche Personen



Kinaesthetics – Lernangebote für mehr Beweglichkeit

Ein Angebot der
Pflegekassen
Die Kosten trägt die
Krankenkasse



BARMER
GEK die gesund
experten

Stephanie Müller
Kinaesthetictrainerin
Krankenschwester
Mobil: 0178/4028682
Mail: stephanie-kin@web.de
www.bewegungskompetenz-mueller.de



Kinaesthetics