

# JAHRESPFLICHTFORTBILDUNG: „METHODENPOOL BEWEGUNG“

## KREATIVE IDEENBÖRSE FÜR DEN KÖRPER

### Kursbeschreibung:

- Sitztänze, Bewegungsgeschichten und -spiele, Rhythmik, Hinweise zur Planung von Angeboten für alle Zielgruppen in stationären Einrichtungen
  - „Fit sein. Mobil sein und bleiben. Mit Körper, Seele und Geist.“
  - Wer träumt nicht davon, lange fit und gesund zu bleiben? Doch im Laufe der Jahre baut unser Körper immer weiter ab.
  - Es zwickt und schmerzt, Muskeln bilden sich zurück und die Gelenke versteifen. Diese ganz natürlichen Alterserscheinungen führen bei vielen Senioren dazu, dass sie körperliche Anstrengung gänzlich vermeiden. Ein Teufelskreis: Denn nur, wenn der Körper durch aktives Training gefordert und gefördert wird, kann Abbauerscheinungen effektiv entgegengewirkt werden. Bewegung und Sport bilden damit wichtige Bausteine, um auch im Alter fit, belastbar und gesund zu bleiben - nicht nur „in den Knochen“. In Gemeinschaft mit Freude rhythmisch in Bewegung bleiben, stabilisiert auch die Psyche.
- 
- Die Richtlinie nach § 53c SGB XI/nach § 45a SGB XI schreibt vor, dass die leistungserbringenden Personen einmal jährlich eine Pflichtfortbildung (8 bzw. 16 Stunden) erbringen müssen.
  - Mit unseren kreativen Jahresplichtfortbildungen zu vielfältigen Themen können Sie dieser Pflicht nachkommen.

### Zielgruppe:

Alltagsbegleiter/innen  
nach § 53c SGB XI  
stationär/nach § 45a  
(§ 8 AnFÖVO)  
SGB XI ambulant  
Ehrenamtliche,  
interessierte Fachkräfte

### Referent:

Michael Ernst  
Pflegesachverständiger  
(TÜV)

### Dauer:

8 Unterrichtsstunden

### Termin:

09.04.2019

### Zeit:

9.00–16.00 Uhr

### Abschluss:

Teilnahme-  
bescheinigung

### Kursgebühr:

105,00 € inkl. Getränke  
und Imbiss

### Kursnummer:

5