

Kinaesthetics Grundkurs

Berührung und Bewegung in der Pflege

Kursjahr 2025, Kurs Nr. 3

Kinaesthetics ist ein Bewegungskonzept, welches der Frage nachgeht: «Wie können wir Menschen, die wir betreuen, in ihrer Bewegung unterstützen, ohne zu heben und zu tragen?» Voraussetzung dafür ist, dass Sie sich mit der eigenen Bewegung bei Ihren alltäglichen Aktivitäten auseinandersetzen. Solche Bewegungen führen Sie oft in individuellen, erlernten und meist unbewussten Mustern durch. Die Qualität dieser Bewegungen hat aber einen erheblichen Einfluss auf Ihre eigene Gesundheitsentwicklung.

Ziele	Die Teilnehmenden lernen • durch praktische Erfahrung die Bedeutung ihrer eigenen Bewegung in der Pflege kennen. • die alltägliche Unterstützung für andere Menschen so zu gestalten, dass diese sich aktiv mitbeteiligen können. • die kinaesthetischen Konzepte als Denkwerkzeuge kennen, um das eigene Tun besser zu verstehen. • ihre Bewegungsfähigkeiten zu erweitern und die Pflege als einen Dialogprozess zu gestalten.
Zielgruppe	alle Pflegepersonen
Leitung	Erika Güpfer-Thoma, Kinaesthetics-Trainerin Stufe 3, Ausbilderin FA
Dauer	4 Tage 09.00 – 12.00h / 13.00 – 16.00h
Daten	03. und 04. September, 24. September und 21. Oktober 2025
Kursort	SRK St. Gallen, Marktplatz 24, 9004 St. Gallen
Kosten	Fr. 740.00 inkl. Kursunterlagen und Registrierung bei Kinaesthetics CH
Anmeldung	SRK St. Gallen, Frau Sylvia Suter, Marktplatz 24, 9004 St. Gallen 071 227 99 66 / bildung@srk-sg.ch
Formelles	Nach erfolgreichem Abschluss des Grundkurses erhalten die Teilnehmenden von Kinaesthetics Schweiz das Grundkurs-Zertifikat. Dieses ist die Voraussetzung für die Teilnahme an einem Aufbaukurs Kinaesthetics in der Pflege.