TERMINE
06.10.2027 - 07.10.2027

ZEIT
09:00 - 16:15 Uhr
16 Unterrichtsstunden

ORT
Diakonische Akademie
für Fort- und Weiterbildung e.V.
Bahnhofstr. 9
01468 Moritzburg

ZIELGRUPPE
Pflegefach- und Pflegehilfskräfte, Fachkräfte in der sozialen Betreuung sowie Interessierte

REFERENTINNEN
Katharina Grübler
Dozentin für Gesundheitsberufe, Heilpraktikerin für Physiotherapie

ANSPRECHPARTNER/IN
Juliane Wilbrecht
Tel.: 035207 843-50
E-Mail: info@diakademie.de

KOSTEN
250,00 Euro für Mitglieder
335,00 Euro für Nichtmitglieder

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächs. Landtags beschlossenen Haushaltes. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der EEB Sachsen statt.

BERUFL. WEITERBILDUNG

Rückenschonender Patiententransfer leicht gemacht

Endlich schmerzfrei leben - das wünschen sich viele Mitarbeitende in der Pflege, die unter berufsbedingten Rückenschmerzen leiden. Häufigste Ursache von Rückenschmerzen in der Pflege sind Überlastungen der Wirbelsäule durch falsche Bewegungsabläufe in der täglichen beruflichen Praxis. Der gezielte und sachgerechte Einsatz von Pflegehilfsmitteln trägt maßgeblich zur Entlastung des Rückens von Pflegekräften bei und fördert zudem natürliche Bewegungsmuster und die Aktivität der Pflegebedürftigen. Neben einer rückengerechten Arbeitsweise ist auch ein regelmäßiges Fitnesstraining entscheidend für einen dauerhaft gesunden Rücken.

Lernergebnisse:
Die Teilnehmenden kennen rückenschonende Maßnahmen und Hilfsmittel für den Pflegealltag und sind in der Lage rückenschonende Bewegungs-, Haltungs- und Hebetechniken anzuwenden. Durch das Erlernen alltagstauglicher Übungen stärken und trainieren sie die Rückenmuskulatur und können Rückenverspannungen selbständig lösen.

Alle Übungen werden während des Kurses durch Selbsterfahrung praktisch erarbeitet.

Inhaltliche Schwerpunkte

- anatomischer Aufbau des Rückens
- Ursachen und Entstehung von Rückenproblemen
- Körperhaltungen im Alltag
- Techniken für eine rückengerechte Arbeitsweise in der Pflege
- rückenschonender Einsatz von Transfer- und Umlagerungshilfen
- Kinesiologie im Pflegealltag
- effektives Fitness- und Mobilitätstraining zur Stärkung des Rückens
- gezielte Übungen zur Rückenentspannung und Zentrierung
- praktische Übungen zur Selbsterfahrung

Die Weiterbildung ist geeignet als Aufbauseminar für zusätzliche Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI und nach §§ 39, 45b SGB XI i.V.m. 113 Abs. 1 SGB XI
(gemäß der RL nach § 53b SGB XI).

Hinweise

Bitte folgendes mitbringen: Badetuch, Sofadecke, bequeme Kleidung, dicke Socken, 1 großes Kopftuch, 1 alte Tageszeitung, Gymnastikmatte, Buntstifte

Hier geht es direkt zur Kursanmeldung ›