



3P – Projekt n.o. – špecialista na starostlivosť o pracovníkov sociálnych služieb Vás pozýva na 3-dňový kurz

ZÁKLADY KINESTETICKEJ MOBILIZÁCIE

1. a 2. modul

**s certifikátom nemeckej pohybovej školy Viv-Arte® KINÄSTHETIK-PLUS
s medzinárodnou platnosťou**

Motto: Namiesto dvíhania, ťahania, nosenia - chôdza

Účastníci kurzu získajú teoretické vedomosti a praktické zručnosti v problematike kinestetickej podpory pohybu.

Kinestetická mobilizácia popisuje všetky pohybové aktivity potrebné pre účinnú pomoc klientom sociálnych služieb pri ich pohybových obmedzeniach spôsobených nepriaznivým zdravotným stavom alebo zranením.

Čo Vám absolvovanie tohto kurzu prinesie do každodennej praxe?

Samostatnosť pri poskytovaní opatrovateľskej a ošetrovateľskej starostlivosti, napr. pri polohovaní klienta, kedy namiesto dvoch opatrovateľiek postačí jedna, obmedzenie bolesti chrbtice spôsobenej nadmerným preťažením, zníženie nákladov na nákup polohovacích pomôcok, bezproblémové zaobchádzanie s obéznym klientom a mnoho ďalšieho...

Podujatie je určené pre: opatrovateľky a sestry pracujúce v zariadeniach sociálnych služieb

Termín konania: 25. – 27. marca 2019 (pondelok - streda)

Miesto konania: Stredisko evanjelickej diakonie, Kalinčiakova 45, Trnava

Lektor: Mgr. Hana Nedělková – jediná certifikovaná lektorka kinestetickej mobilizácie Viv-Arte® KINÄSTHETIK-PLUS Modul 1-4 v Českej republike

Forma ukončenia: Účastníci za 100%-nú účasť na teoretickej i praktickej časti podujatia získajú certifikát nemeckej pohybovej školy Viv-Arte® KINÄSTHETIK-PLUS s medzinárodnou platnosťou

Počet účastníkov: 12 osôb

Účastnícky poplatok: 294 Eur/1 osoba

Zahŕňa: 3-dňový (24-hodinový) vzdelávací program, honorár lektorky, študijný materiál, certifikát pohybovej školy Viv-Arte® KINÄSTHETIK-PLUS, prenájom miestnosti a prezentačnej techniky, 2x obed, malé občerstvenie počas prestávok.

Spôsob úhrady:

Prevodom na účet: **SK03 8330 0000 0023 0102 9965**, variabilný symbol: **25032019**. Do správy pre prijímateľa uveďte **priezvisko/priezviská** prihlásených účastníkov.

Spôsob prihlásenia a bližšie informácie:

- Použitím prihlasovacieho formulára na **www.3p-projekt.sk**. Navigácia: *www.3p-projekt.sk – On-line prihlášky (ľavé menu) – Závazná prihláška na podujatia s pevným termínom*
- Prihlásiť sa a uhradiť účastnícky poplatok vo výške **294,- Eur** možno najneskôr do **18.03.2019**. Odoslaná prihláška je záväzná a vzťahuje sa k nej povinnosť platby. Úhradu za viacerých prihlásených pracovníkov z jedného zariadenia realizujte **jednou sumou**.
- Poplatky sa nevracajú, možná je výmena prihláseného účastníka za iného.

HARMONOGRAM VZDELÁVACIEHO PODUJATIA

1. vzdelávací deň: 25. marca 2019 (pondelok): 09,00 – 17,00 (prezentácia: 8,30 – 9,00)
 2. vzdelávací deň: 26. marca 2019 (utorok): 08,00 – 16,00
 3. vzdelávací deň: 27. marca 2019 (streda): 08,00 – 13,00
- (vrátane prestávok s občerstvením a spoločným obedom v pondelok a utorok)

OBSAHOVÁ NÁPLŇ VZDELÁVACIEHO PODUJATIA

Modul 1: Preventívna mobilizácia

1. Mobilizácia v 3 fázach: plánovanie, praktická časť, dokumentácia preventívnych mobilizačných opatrení v 3 fázach (Warm-Up, zmena pozície, Cool-Down)
2. Funkčná anatómia: prevedenie činností spojených s mobilizáciou pri zohľadnení funkčne anatomických skutočností (fyziologický pohyb)
3. Interakcia: pasívne vedenie pohybu: pohyb vedený taktilno-kinesteticky a zohľadnenie individuálnych potrieb, vizuálna kontrola vedenia pohybu

Modul 2: Rehabilitačná mobilizácia

1. Mobilizácia v 3 fázach: plánovanie, praktická časť, dokumentácia rehabilitačných mobilizačných činností v 3 fázach (Warm-Up, zmena pozície, Cool-Down)
2. Interakcia: čiastočne aktívne vedenie pohybu: verbálna inštrukcia k podpore vlastného pohybu klienta, zhodnotenie, podpora telesného vnímania ako základ vedenia pohybu a komunikácie
3. Funkčná anatómia: zhodnotenie, podpora funkcie svalov a kĺbov
4. Námaha: rozloženie/dávkovanie námahy pri čiastočne aktívnom vedení pohybu, vyrovnanie pôsobenia ťahu a tlaku pre uľahčenie kontroly pohybu, posúdenie a podpora nosných a transportných funkcií a schopnosť záťaže klienta
5. Ľudský pohyb: rôzne pohybové vzorce a ich význam pri kontrole pohybu a z pohľadu rôznych obrazov choroby, zhodnotenie pohybových zvyklostí klienta a ich zohľadnenie, prispôbenie pohybového vzorca zdravotnému stavu klienta

Ďalšie informácie:

- Prípadné ďalšie otázky radi zodpovieme telefonicky: 0905 771 074 (Petrufová) alebo mailom: akademia@3p-projekt.sk
- Prihláseným účastníkom zašleme bližšie informácie mailom pred konaním podujatia.
- Účastníci si so sebou prinesú pohodlné oblečenie a karimatku alebo deku pre praktický nácvik.

Aj takto sa o Vás staráme 😊