

 **Betreuungskräfte** **Pflegekräfte**

Der ENERGIE-PARCOURS – Frische Energie in 5 Minuten

BILDUNGSZIEL

Die Teilnehmenden lernen praxisnahe Übungen zur Förderung von Koordination, Konzentration, Gedächtnis, Fokus und positiver Selbstwahrnehmung kennen und können diese zielgerichtet in der Pflege und sozialen Betreuung einsetzen. Sie erweitern ihr Verständnis für die Bedeutung neurologisch orientierter Bewegungs- und Aktivierungsangebote und deren positiven Einfluss auf Sturzprävention, Aufmerksamkeit, Wohlbefinden und Lebensfreude älterer Menschen. Darüber hinaus stärken sie ihre eigenen Ressourcen, entwickeln Strategien zur Stressbewältigung und fördern ihre persönliche Resilienz, um den beruflichen Alltag gesund und ausgeglichen zu gestalten

INHALTE

- Koordinations-, Konzentrations- und Gedächtnistraining
- Neurologische Übungen für Senioren und Pflegebedürftige
- Aktivierung mit Spiel, Bewegung und Spaß
- Sturzprävention und Förderung der Lebensqualität
- Sofort umsetzbare Methoden für Pflege und Betreuung
- Stressbewältigung und Selbstfürsorge für Mitarbeitende
- Ressourcen stärken und neue Energie gewinnen
- Praxisnahe Übungen für den beruflichen Alltag

ZIELGRUPPE

Betreuungskräfte §§ 53c / 87b SGB XI, Heilerziehungspfleger, Erzieher, Pflegekräfte

DOZENTIN



Manuela Wargener

Zertifizierte Kinesiologin (DGAK)
Psychologische Beraterin
Dozentin für Gesundheit

SEMINARDETAILS

Datum: Dienstag, 21.04.2027

Uhrzeit: 09.00 – 16.30 Uhr

Umfasst: 8 UE

Ort:

KWA Bildungszentrum Pfarrkirchen
Gartlbergstraße 4
84347 Pfarrkirchen

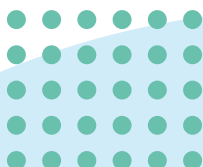
KOSTEN

199,00 €

inkl. Seminargetränke und Mittagessen

KONTAKT

KWA Bildungszentrum Pfarrkirchen
Gartlbergstraße 4
84347 Pfarrkirchen
Tel. 08561 9297-130



 **Betreuungskräfte** **Pflegekräfte**

Der ENERGIE-PARCOURS – Frische Energie in 5 Minuten

ANMELDUNG

Online unter www.kwa-bildungszentrum.de bis spätestens 14 Tage vor Beginn.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.