

„Kinaesthetics“ hervorragendes Werkzeug zur Verbesserung der Lebensqualität

Grundkurs für pflegende Angehörige abgeschlossen

Angehörige leisten 365 Tage im Jahr Enormes bei der Versorgung von pflegebedürftigen Verwandten und bedürfen einer Unterstützung. Aus diesem Grund hat die AOVE im Rahmen des Projekts „Alt werden zu Hause“ den zweiten Grundkurs „Kinaesthetics für pflegende Angehörige“ in der Region angeboten.

Sieben Teilnehmer wurden im Rahmen des Grundkurses 21 Stunden in der Kunst/Wissenschaft der Bewegungswahrnehmung unterrichtet und wurden zum Abschluss mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

Der Grundkurs „Kinaesthetics für pflegende Angehörige“, den die AOVE in Zusammenarbeit mit Kinaesthetics Deutschland und der Barmer Ersatzkasse realisierte, wurde von der Kinaesthetics-Trainerin Margarete Hirsch aus Hahnbach geleitet.

Die sechs Teilnehmerinnen und ein Teilnehmer, waren pflegende Angehörige. Die Kurskosten trug die Barmer Ersatzkasse, lediglich für die Kursunterlagen in Höhe von 25 Euro mussten die Teilnehmer selbst aufkommen. Die Arbeiterwohlfahrt Poppenricht unter der Leitung von Gerhard Bones, der selbst am Kurs teilnahm, stellte den Kursraum.

„Bewegung ist das A und O“, war eine der Grundaussagen der Trainerin in dem Kinaesthetics-Grundkurs, in dem sich die Teilnehmer mit der eigenen Bewegung bei alltäglichen Aktivitäten auseinandersetzten. Den Teilnehmern wurde bewusst gemacht, dass die Qualität der Bewegungen einen erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheit hat.

Eine wichtige Voraussetzung für eine gesunde und selbstständige Lebensgestaltung ist die Fähigkeit, die eigene Bewegung an veränderte Bedingungen anpassen zu können. In den Kurs ging es darum, die Qualität der eigenen Bewegungen zu verbessern, den persönlichen Handlungsspielraum und die Anpassungsfähigkeiten im Alltag zu vergrößern.

„Die bewusste Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung sowie die Entwicklung der Bewegungskompetenz wird bei jedem Menschen jeden Alters einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheits-, Entwicklungs- und Lernförderung leisten“, so Margarete Hirsch.

„Der Kurs ist ein hervorragendes Werkzeug zu Verbesserung der Lebensqualität für den zu Pflegenden und der Pflegequalität für den pflegenden Angehörigen“, bilanzierten die begeisterten Teilnehmer beim Abschlusstreffen den Grundkurs Kinaesthetics.

Auch die AOVE-Geschäftsführerin Waltraud Lobenhofer, Bürgermeister Franz Birkl und die AOVE-Projektleiterin „Alt werden zu Hause“ Monika Hager waren gekommen. Waltraud Lobenhofer informierte, dass man mit dem Grundkurs „Kinaesthetics für pflegende Angehörige“ eine Vorreiterrolle für die Oberpfalz einnehme, denn Kurse dieser Art würden nur in Regensburg für diese Region abgehalten.

Waltraud Lobenhofer richtete einen besonderen Dank an Josef Hirsch und die Schreinerei Weiß, die speziell für diesen Kurs eine pfiffige Konstruktion für ein Pflegebett entworfen hätten.

Bürgermeister Franz Birkl zollte der AOVE für ihr Engagement für deren Erfolgsprojekt „Alt werden zu Hause“ große Anerkennung und Dank. Er wies darauf hin, dass Pflegefälle zu Hause zunehmen würden, was auch finanzielle Gründe habe.

Die Leistung der pflegenden Angehörigen könnten nach Meinung des Bürgermeisters nicht hoch genug eingeschätzt werden. Der Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit der pflegenden Angehörigen nehme dabei eine entscheidende Rolle ein, wozu es oft einer Unterstützung dieses Personenkreises bedarf.

In der AOVE-Region werde dies im Rahmen des Projekts „Alt werden zu Hause“ auf hervorragende Weise geleistet, so Franz Birkl, der sich erhofft, dass dieses Projekt eine Initialzündung bei manch anderer Gemeinde auslöse.

Monika Hager berichtete, dass sie binnen zwei Jahren als Projektleiterin in Gesprächen erfahren habe, dass die pflegenden Angehörigen Unterstützung bei der Pflege in Form von Infos und empfehlenden Rat gerne annehmen würden, wobei ihnen die Entscheidung nicht abgenommen werden könnte.

Abschließend konnten die Teilnehmer ihre Zertifikate für die erfolgreiche Teilnahme am Grundkurs „Kinaesthetics für pflegende Angehörige“ in Empfang nehmen“.



Teilnehmerinnen und Trainerin beim Kinaesthetics Grundkurs in Aktion. Schön zu sehen das den Bedürfnissen angepasste Bett



Die Teilnehmer am Kinaesthetics-Grundkurs für pflegende Angehörige mit Trainerin Margarete Hirsch (links stehend), Geschäftsführerin der AOVE GmbH Waltraud Lobenhofer (zweite von links stehend) und Bürgermeister Franz Birkl (zweiter von rechts, stehend)

Teilnehmerinnen und Trainerin beim Kinaesthetics Grundkurs in Aktion. Schön zu sehen das den Bedürfnissen angepasste Bett