



AOVE-Geschäftsführerin Waltraud Lobenhofer, Kinaesthetics-Trainerinnen Margret Hirsch und Martina Altscher (vorne, von rechts) freuten sich über die engagierten Teilnehmer. Bild: hzf

# Fähigkeiten wieder neu entdeckt

Kinaesthetics hilft pflegenden Angehörigen im Alltag – Im Herbst eine Neuauflage

**Amberg-Sulzbach.** Die intensive Auseinandersetzung und Schulung alltäglicher Bewegungsabläufe bei der Betreuung von Pflegebedürftigen stand im Mittelpunkt des von der AOVE-Koordinationsstelle „Alt werden zu Hause“ angebotenen Kinaesthetics-Kurses. Partner waren BRK-Kreisverband und das Klinikum St. Marien Amberg, die Räume zur Verfügung gestellt hatten, sowie Kinaesthetics Deutschland und die Barmer.

In 21 Einheiten vermittelte Leiterin Margret Hirsch, unterstützt von Co-Trainerin Martina Altscher (Coburg), den Teilnehmern, wie sie durch Be-

wegungskompetenz und gezielte -abläufe eigene körperliche Belastung vermindern, um nicht selbst zu erkranken. Begeistert zeigten sich die pflegenden Angehörigen von der Möglichkeit, die ihnen die Referentinnen eröffneten, die Bewegungen von Pflegenden mit der Mobilität des Pflegebedürftigen zu koordinieren.

Einstimmiges Resümee war: „Uns wurden neue Bewegungsabläufe für alle Aktivitäten des täglichen Lebens, wie Essen oder An- und Auskleiden vermittelt. Wir können mit den gemachten Erfahrungen nun Heben und Tragen der zu pflegenden Ange-

hörigen weitgehend vermeiden und können eigenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen vorbeugen.“

Erstaunt zeigten sich Teilnehmer, dass durch Kinaesthetics beim Pflegenden verlorene Fähigkeiten wieder aufgebaut werden können und Selbstständigkeit gefördert wird. AOVE-Geschäftsführerin Waltraud Lobenhofer freute sich über die engagierten Mitwirkenden und überreichte das Grundkurszertifikat. Wegen der großen Nachfrage ist für den Herbst eine Neuauflage geplant. Interessenten können sich (Tel. 0 96 64/95 24 67) bereits melden.