



Training

Bewegen aan tafel en in de (rol)stoel*

Elke dag zijn er momenten dat je met cliënten aan tafel zit. Dé gelegenheid om met ze te bewegen en ze te activeren, gewoon vanuit hun (rol)stoel. Dit geeft niet alleen veel plezier, het draagt ook bij aan hun fysieke en mentale gezondheid. In de training **Bewegen aan tafel en in de (rol)stoel** vertellen fysiotherapeuten **Trees Werring-Lammers** en **Joke Winkler** hoe je bewegen aan tafel kunt stimuleren. Het mooie is dat deze activiteit je nauwelijks extra tijd kost. Trees en Joke voorzien je in deze training van **StudieArena** van praktische tips en leren je hoe je met beweegactiviteiten aan de slag kunt.

Inhoud

In deze praktische training leer en ervaar je verschillende manieren om bewegen onderdeel te laten zijn van je dagelijkse werk. Ook als een cliënt in een (rol)stoel zit.

In de training komen onder meer de volgende onderwerpen aan de orde:

- * Praktische beweegvormen voor aan tafel en op een stoel.
- * Werken met muziek en hulpmiddelen.
- * Ontwerpen van een verantwoorde beweegactiviteit.
- * Mensen activeren en op hun eigen niveau laten bewegen.

Resultaat

Na afloop van deze training ben je in staat om op een verantwoorde manier met kwetsbare groepen te bewegen. Je beschikt over kennis en vaardigheden om bewegen onderdeel te laten zijn van je dagelijks werk.

Voor wie?

De training is bedoeld voor alle mensen die betrokken zijn bij de begeleiding van cliënten binnen zorg- en welzijnsinstellingen. Zoals verpleegkundigen, verzorgenden en (woon)begeleiders, activiteitenbegeleiders en medewerkers dagbehandeling.

Deelnamekosten

€ 250,- (excl. btw) per persoon incl. lunch, koffie/thee en inhoudelijke achtergrondinformatie.

Accreditatie

Accreditatie is aangevraagd voor:

- * Kwaliteitsregister verpleegkundigen en verzorgenden
- * SRVB Register Vaktherapie

Je ontvangt na afloop van de training een deelnamecertificaat.

Over de trainer

Trees Werring-Lammers en Joke Winkler zijn al jaren actief als fysiotherapeut om meer bewegen in de huiskamers te stimuleren. Trees schreef onder meer het boek *Spelenderwijs in beweging, actief aan tafel*. Het boek staat vol met praktische tips hoe je zelf met beweegactiviteiten aan de slag kunt.

INSCHRIJVEN: WWW.STUDIEARENA.NL