**Rund um die Bewegung im Spital**

**(Vom Bett zur Partizipation oder vom Bett zur Interaktion)**

Bewegung ist in unserem Leben sehr wichtig. Wer sich bewegt, kommt voran und kann aktiv sein. Ausreichende Bewegung ist wichtig für die Gesundheit. Eine Einschränkung in der Bewegung kann weitreichende Folgen haben, z. B. Gefahr eines Dekubitus, Sturzes, Thrombose oder Kontrakturen aber auch psychische und soziale Auswirkungen haben.

In dieser Fachfortbildung geht es um die eigene Bewegung als auch um die Bewegungsförderung der Patientinnen/Patienten in ihrem Genesungsprozess. Pflegefachpersonen mit einer guten Kontrolle ihres eigenen Körpers können durch kompetentes, professionelles Vorgehen, Patientinnen/Patienten sicher und physiologisch bewegen.

**Ziele**

Die Teilnehmenden

* erkennen die Wichtigkeit der Bewegungsförderung im Genesungsprozess
* setzen eine rückenschonende Arbeitsweise im Alltag um
* können Transfertechniken und Hilfsmittel patientenorientiert auswählen und anpassen
* setzten sichere Transfer- und Positionierungstechniken um
* wenden angepasste Interventionen und Aufstehmethoden bei Stürzen an

**Schwerpunkte**

* Bedeutung der Bewegung im Leben eines Menschen – von Jung bis Alt
* Selbsterfahrungen im Umgang mit Bewegung
* Angst vor Mobilität – was ist wichtig?
* Positionierungen im Bett oder Lehnstuhl
* Transfertechniken
* Hilfsmittel (Rutschbrett, Rollator etc.)
* Rückenschonendes arbeiten
* Sturz, was tun?

**Personenkreis**

Dipl. Pflegefachpersonen intern und extern, ausgebildete FaGe

**Teilnehmerzahl**

min. 8 / max. 14 Personen

**Referentinnen**

Cornélia Brunner, Pflegefachfrau HF, Ausbildung in Bobath und Kinästhetik

Sabrina Hohl, Physiotherapeutin

**Zeitlicher Umfang**

Ganzer Tag

**Datum, Zeit 08.30 bis 16.30 Uhr Anmeldeschluss**

Fr. 25. April 2025 25. März 2025

Do. 16. Oktober 2025 16. September 2025

**Ort**

Haus K – U1 – SZ Nussberg

**Kosten** **extern**: Fr. 150.-