DA-GRIBS-19-01

Gedächtnistraining durch Bewegungsschulung | 15 FP

„Sich regen bringt Segen und Sauerstoff ins Gehirn“

Wissenschaftliche Grundlage: Die Neuroplastizität
Das Arbeitsgedächtnis ist das Zentrum für das gleichzeitige Merken und Verarbeiten aktuell relevanter Informationen.
Es ist plastisch, und das, bis ins Alter, wie die neueste Wissenschaft nachgewiesen hat. Diese Erkenntnis über die Änderungsfähigkeit des Gehirns ist die Grundlage für unser Trainingskonzept.

Das Gehirn ist bis zum Lebensende „trainierbar“ und körperliche Aktivität unterstützt die Neurogenese.
Die Erkenntnisse dieser beiden Bereiche werden in diesem Seminar miteinander verbunden. Das ist interessant für alle, die mit älteren Menschen, »Gehirnjoggern« oder neurologischen Patienten arbeiten. Mit Herz und Hand zu mehr Hirn!

Ziele: Steigerung der Konzentrations- und Merkfähigkeit, der Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit, der Kreativität, Koordination und Kommunikation mit gleichzeitiger Gesundheitsförderung durch Bewegung.

Anzuwenden in: Seniorenheimen, neurologischen Rehakliniken (Parkinson, MS, Apoplex, Schädel-Hirn-Traumen) Tagesstätten, beim Reha-Sport und auch in ganz normalen Sport- und Bewegungsstunden für Jung und Alt.
Motto des Seminars: Bewegungen lernen, bei der Bewegung lernen, sich mit anderen bewegen, von ihnen und mit ihnen lernen. Das …

- macht Spaß,
- hält Körper und Geist/Seele in Schwung,
- fördert den Kontakt zu anderen Menschen
- und es darf bzw. muss gelacht werden

Dieser Kurs ist Teil der Ausbildung zum **„Bewegungstherapeuten für Senioren und in der Geriatrie“** nach dem IMUDA-Konzept.

Ausbildungsaufbau:
Sturzprophylaxe durch Bewegungsschulung | Grundkurs
Sturzprophylaxe durch Bewegungsschulung | Aufbaukurs
Gedächtnistraining durch Bewegung

Siehe auch:
Sturzprophylaxe in der Physiotherapie | Grundkurs
Sturzprophylaxe in der Physiotherapie | Aufbaukurs

Leitung	Friederike Ziganek-Soehlke | Dipl.-Gerontologin, Sportwissenschaftlerin
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	06.04.2019
Ende	07.04.2019
Kurszeiten	Sa. 06.04., 15:00 - 19:00 Uhr So. 07.04., 09:00 - 17:00 Uhr
Kursort	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure
Fortbildungspunkte	15