



KINESTETIIKKA®

KINESTETIIKKAKURSSI OMAISHOITAJILLE / PERHEILLE

päivittäisissä toiminnoissa avustaminen kehoa ja voimia säästään ja toimintakykyä ylläpitäen

HELPOUSTA ARJEN AVUSTUSTILANTEISIIN

OPI TAITOJA, JOILLA VOIT TUKEA OMAISESI / LÄHEISESI
OSALLISTUMISTA ARJEN AVUSTUSTILANTEISSA



Omaishoitajat / perheet auttavat omaistaan päivittäin muun muassa liikkumisessa, peseytymisessä, pukeutumisessa ja ruokailussa. Hyvästä tahdosta riippumatta avustaminen saattaa olla vaativaa ja raskasta molemmille osapuolille.

Kinestetikka on lähestymistapa, joka keskittyy avustajan ja avustettavan voimavarojen hyödyntämiseen. Kinestetikka auttaa selkeästi ja vaikuttavasti ymmärtämään ja oppimaan ihmisen liikkumiseen kuuluvia toimintoja.



Kurssin pituus on 1 – 2 päivää sopimuksen mukaan.

Kurssipäivän pituus sovitaan tilaajan kanssa. Tärkeää on, että aikataulu sopii perheiden arkeen. Kurssille osallistuvien on mahdollisuus saada kouluttajan tekemiä kotikäyntejä.

Kohderyhmä

Omaishoitajat / perheet ja heidän hoidettavansa. Kurssille toivotaan osallistuvan sekä omaisen / läheisen että hoidettavan henkilön. Avustajat voivat myös osallistua. Kurssille otetaan 8 omaishoitajaa + läheistä.

Käytännön hyöty kurssista

- Toimivia keinoja selvittää vaikeistakin avustustilanteista
- Omaishoitajan / perheen fyysisen kuormittavuuden väheneminen ja jaksamisen lisääntyminen
- Hoidettavan omaisen toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen

Kurssiohjelma ja miten kurssilla opitaan

Osanottajamäärä on rajoitettu, koska kurssilla huomioidaan jokaisen osallistujan henkilökohtaiset ongelmatilanteet ja tarpeet. Opimme harjoittelemalla konkreettisia jokapäiväisiä avustustilanteita kokeneen kouluttajan tuella.

- Ongelmatilanteiden ja tarpeiden kartoitus
- Liikkumisen ja avustamisen perustiedot ja edellytykset
- Avustustilanteiden harjoittelu omaisen kanssa
- Toimivien avustuskeinojen keksiminen ja kehittäminen

”Tämä kinestetikka pitää sisällään kaikkea ihmisen perusliikkumiseen liittyviä toimintatapoja myös heidän kohdallaan jotka ovat täysin vuoteeseen hoidettavia. Parhaimmillaan se parantaa vaikeavammaisen elämänlaatua, pääsee paikkoihin joihin muutoin olisi hankala mennä, kun ei enää esimerkiksi tarvitse raahata nosturia mukana. Siirtymiset onnistuvat muulla tavoin kevyesti avustajan avulla.”

- Minna Sulanen, omaishoitaja

LISÄTIETOA:

www.kinestetikka.fi | info@kinestetikka.fi