



ProVita

QUALIFIZIERUNGEN

Qualifizierungen **INHOUSE**

Unsere Qualifizierungen Inhouse führen wir bei Ihnen vor Ort in **8 Unterrichtseinheiten** (= 6 Zeitstunden) exklusive 30 Minuten Pause durch. Der organisatorische Aufwand für Sie ist gering, da alle notwendigen Materialien von ProVita mitgebracht werden. Für die Teilnahme an einer Qualifizierung werden **8 Fortbildungspunkte** sowie eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt. Die Fortbildungspunkte sind abrufbar bei der Registrierung beruflich Pflegender GmbH. Im Anschluss an eine Qualifizierung erhalten Sie ein Handout mit dem zusammengefassten Inhalt.

THEMEN

ERNÄHRUNG



ENTSPANNUNG



BEWEGUNG



KOMMUNIKATION



Machen Sie sich auf den nächsten Seiten einen Eindruck bzgl. Ihrer Wahlmöglichkeiten



QUALIFIZIERUNGEN INHOUSE

im Bereich

ERNÄHRUNG



ProVita
Zukunft gesund gestalten



Dauer: **8 Unterrichtseinheiten**

Erhalt von Teilnahmebescheinigungen mit **8 Fortbildungspunkten**

- Nährstoffversorgung im Alter
- Identifikation von heiminternen Schnittstellen zur optimalen Versorgung der BewohnerInnen
- Ernährung bei Demenz mit Selbstversuchen für das Team
- Tipps zum Anrichten der Kost
- Rituale vor dem Essen zur Appetitanregung
- Vorstellung von unterstützendem Geschirr für SeniorInnen
- Spiele zur Appetitanregung
- Gemeinsames Zubereiten von kleinen Speisen

Qualifizierung 1

Ernährung im Alter
und
Appetitfördernde
Verpflegung

Qualifizierung 2

Sinnesschulung und
-wahrnehmung
mit Lebensmitteln

- Kennenlernen und Ausprobieren von Sinnesexperimenten zur Sinnesschärfung
- Sinneserleben im Alter
- Einfluss von Farben auf das Essverhalten
- Wirksamkeit von Essbiografien
- Gemeinsames Zubereiten von kleinen Speisen

Qualifizierung 3

Ernährung bei
Kau- und
Schluckstörungen

- grundlegend Aspekte und Tipps zum Erkennen von Kau- und Schluckbeschwerden
- Ernährungsempfehlungen bei Kau- und Schluckstörungen
- genussvoll essen bei Schluckstörungen – Möglichkeiten und Grenzen
- richtig trinken - eine besondere Herausforderung
- Hilfsmittel für die Mahlzeitaufnahme
- Selbstexperiment „Essen eingeben“

QUALIFIZIERUNGEN INHOUSE

im Bereich

BEWEGUNG



Dauer: **8 Unterrichtseinheiten**

Erhalt von Teilnahmebescheinigungen mit **8 Fortbildungspunkten**

- Definition von Koordination
- Bedeutung der Koordination im Alter
- Koordinationsfähigkeiten
- Förderung der Koordinationsfähigkeit in der Praxis und bezogen auf den Alltag der SeniorInnen

Qualifizierung 1

Koordinations- und Geschicklichkeitsübungen für SeniorInnen

Qualifizierung 2

Aktiver Alltag

- Bedeutung der Bewegung im Alter
- Bewegungsempfehlungen für SeniorInnen
- Gestaltung eines bewegten Heimalltags
- Sitztänze in der Praxis
- Bewegungsrituale schaffen

Qualifizierung 3

Balancetraining für SeniorInnen

- Bewegung und Koordination im Alter
- vorbereitende Mobilisations- und Dehnungsübungen
- Balancetraining aufbauen
- Laufübungen im Parcours
- Gangtraining

Qualifizierung 4

**Simulationsanzug
- Das Alter erleben -**

Altersbedingte Einschränkungen machen das Leben schwer.
Aber wie fühlt man sich mit 80 Jahren?

- Mit dem Testen des Alterssimulationsanzugs bei bestimmten Alltagsbelastungen sensibilisieren Sie sich für solche Situationen.
- Reflexion einzelner Belastungen und Lösungen zur Verbesserung des Wohlbefindens der SeniorInnen

QUALIFIZIERUNGEN INHOUSE

im Bereich

ENTSPANNUNG



Dauer: **8 Unterrichtseinheiten**

Erhalt von Teilnahmebescheinigungen mit **8 Fortbildungspunkten**

- Was ist Yoga? Wirkung von Yoga auf die Gesundheit
- Ausprobieren von Yoga auf dem Stuhl
- Exkurs zu: Atemtechniken in Theorie und Praxis
- (Selbst)massagen zur Entspannung (z.B. mit Igelball)
- Entspannungsreisen (Anwendung (bei Demenz), Tipps zur Durchführung, Abwandlung, Geeignete Musikauswahl)

Qualifizierung 1



**Seniorengerechte
Entspannung:
Yoga im Sitzen,
Selbstmassagen &
Entspannungs-
geschichten**

Qualifizierung 2



**Seniorengerechte
Entspannung:
Progressive Muskel-
entspannung &
Atemtechniken**

- kleiner Exkurs zum Thema „Entspannung und Stress“
- Progressive Muskelentspannung
- Wirkung und Anwendung der Progressiven Muskelentspannung
- seniorengerechte Gestaltung und Abwandlung der Übungen (gemeinsames ausprobieren)
- Atemtechniken in Theorie und Praxis

- Kurze Wiederholung der seniorengerechten Entspannungsmethoden
- Einbettung der seniorengerechten Entspannungsmethoden in ein bereits bestehendes Beschäftigungsangebot
- Planung eines Entspannungsangebots
- Tipps für einen guten Ablauf von Entspannungsangeboten mit SeniorInnen

Qualifizierung 3

**Exemplarische
Gestaltung und
Durchführung
eines
seniorengerechten
Entspannungs-
angebots**

„nur wählbar, wenn vorab eine der mit  gekennzeichneten Module besucht wurden“

QUALIFIZIERUNGEN INHOUSE

im Bereich

WEITERE THEMEN



Dauer: **8 Unterrichtseinheiten**

Erhalt von Teilnahmebescheinigungen mit **8 Fortbildungspunkten**

- Verstehen von Demenz aus verschiedenen Perspektiven
- Demenz als eine Form des herausfordernden Verhaltens
- Kommunikationsmodelle
- verbale und nonverbale Kommunikation
- Schaffung von Routinen und Ritualen u.a. zum Wecken von Erinnerungen
- Schutzstrategien für Pflegendе
- Entstehung und Ursachen von Konflikten
- Konfliktarten und -verläufe
- Konfliktmanagement (im Team, mit BewohnerInnen, mit Angehörigen, mit Vorgesetzten)
- Lösungsstrategien

Qualifizierung 1

**Kommunikation
bei Demenz
und
Konflikte im
Seniorenheim**

Qualifizierung 2

**-Aromen-
Einsatz in der
Betreuungsarbeit**

- faszinierende Welt der Gerüche
- Körperempfindungen
- ätherische Öle (Wirkung und gemeinsame Herstellung)
- Wohlfühl-Massagen
- Entspannungsmomente für die Einzelbetreuung

ANSPRECHPARTNER



ProVita

ProVita Gesellschaft für Gesundheitsförderung mbH

Ihre Ansprechperson: Frau Magidina

Telefon: 0176 55331085

qualifizierungen@pro-vita-gmbh.de

www.pro-vita-gmbh.de

ProVita 
Zukunft gesund gestalten