

KÄYTÄNNÖN KINESTETIIKKATYÖPAJAT PERHEILLE MITEN AVUSTAN LÄHEISTÄNI

Lauantaina 28.3.2020

Jaatisen Majalla, Vellikellonpolku 1, 00410 Helsinki

- Aamuryhmä klo 9.30-13.00
- Iltapäiväryhmä klo 13.30-17.00

Mukaan mahtuu yhteensä 8 perhettä

Kinestetiiikkatyöpajassa opettelemme, miten avustaa läheistä kehoa ja voimia säästään ja toimintakykyä ylläpitäen. Kinestetikka on lähestymistapa, joka keskittyy avustajan ja avustettavan voimavarojen hyödyntämiseen. Se on konkreettinen apuväline helpottamaan omaishoitajan ja hoidettavan arkea.

Työpajan käytännön hyöty:

- mietitään toimivia keinoja selvitä vaikeista ja raskaista avustustilanteista
- avustaminen onnistuu myös yhden avustajan voimin
- avustajan fyysisen kuormittavuuden vähentäminen
- edistää ja ylläpitää omaisen ja hänen hoidettavansa toimintakykyä
- tietoa asentohoidosta, jonka avulla helpotetaan jäykkyyttä ja lisätään mahdollisesti liikkuvuutta ja kehohahmotusta



Kouluttajana toimii Minna Sulanen, fysioterapeutti, kinestetiikkakouluttaja. Lisätietoja: minna.sulanen@kinestetikka.fi.

Omaishoitajille suunnattuja kinestetiikkakursseja on järjestetty eri puolilla Suomea jo usean vuoden ajan. Majalla järjestettävä kurssi on tarkoitettu perheille, joissa on vaikeasti liikuntavammaisen lapsi, nuori tai aikuinen tai muutoin haasteita liikkumisessa.

Ilmoittautumiset 23.3.2020 mennessä sähköpostitse [akseli\(at\)jaatinen.info](mailto:akseli(at)jaatinen.info) tai puhelimitse p. 09 477 1002.

Työpajat järjestävät yhteistyössä Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry, Kehitysvammatuki 57 ry ja Uudenman CP-yhdistys ry.

