

Brandenburgisches Bildungswerk für Medizin und Soziales e.V.

Staatlich anerkannter Träger
für die Anpassungsfortbildung von Erzieherinnen/Erziehern



- N E U -

Rückengesundheit im Kindergarten und in der Schule „Rückenfit für Kids“

25. April 2012

09.00 Uhr bis 16.00 Uhr

oder

06. September 2012

09.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Rückenschmerzen sind schon lange kein Problem von Erwachsenen mehr, sondern auch vermehrt bei Kindern/Jugendlichen anzutreffen. Um dies zu verhindern ist es notwendig Kinder an rückengerechtes Verhalten heranzuführen.

Ref./Leitung:

Frau Anja Bärenwald
Mag. Sportwiss./Sporttherapeutin/Rückenschullehrerin

Zielgruppe:

Mitarbeiter/innen in Kita und Hort und alle Interessierten

Seminarinhalte:

- Wie erkläre ich einem Kind die Funktionsweise der Wirbelsäule?
- Sitzverhalten - schon im Grundschulalter sitzen Kinder verteilt zirka elf Stunden.
- Die Fähigkeit zum richtigen Umgang mit Belastungen spielt eine zentrale Rolle.
- Die „Rückenschule“ will Kinder und Jugendliche motivieren, besser auf ihre Körperhaltung zu achten und auf Körpersignale zu hören.
- Hinweise und Tipps, wie man Gefahren und Überlastungen für den Rücken vermeidet.
- Praktische Übungen in den täglichen Tagesablauf mit einfließen zu lassen.
- Vorstellen von Übungsprogrammen.
- Entspannen und Loslassen erfahren.

Methodik:

Vortrag, praktische Übungen, Erfahrungsaustausch

Veranstaltungsort:

Das Seminar findet in den Räumen des Treffpunkt Freizeit und der dortigen Turnhalle statt.

Teilnehmerentgelt:

65,00 € (inklusive Fortbildungsunterlagen)

Zahlbar in bar bzw. Scheck vor Veranstaltungsbeginn oder Überweisung **bis zum 18.04.2012 (Seminar April)** und **bis zum 30.08.2012 (Seminar September)** auf das Konto des BBW bei der Mittelbrandenburgischen Sparkasse Potsdam, Kto.: 3501 000 323, BLZ 1605 0000 unter dem Kennwort „Rückengesundheit“. Die Stornierungsfrist beträgt 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn. Bei Nichteinhaltung berechnen wir Ihnen 50 % des Teilnahmeentgeltes. Erfolgt der Rücktritt erst bei Veranstaltungsbeginn oder danach, werden die vollen Gebühren fällig.

Anmeldungen bitte bis zum:

28.03.2012 (Seminar April)

08.08.2012 (Seminar September) an das

Brandenburgische Bildungswerk für Medizin und
Soziales e.V., Zeppelinstr. 152, 14471 Potsdam.

Weitere Informationen geben Ihnen gerne Frau Bärenwald oder Frau Kockjoy.

☎ 0331/9 67 22-0 oder 0331/967 22-28

Fax: 0331/9 67 22-30

E-Mail: mailbox@bbwev.de

Internet: www.bbwev.de