


Seminarangebot 2020 - Wilhelmshaven

	Sitzanz für Senioren – Fitness für Leib und Seele <i>(anrechenbar auf die jährliche Pflichtfortbildung für Betreuungskräfte nach § 53c SGB XI)</i>
Seminarbeschreibung	<p>Sitzanz für Senioren ist sowohl für ältere Frauen als auch für Männer mit Bewegungseinschränkungen eine gute Alternative zu den oft unbeliebten Gymnastikübungen und hilft beweglich und fit zu bleiben. Das Tanzen im Sitzen hat nämlich neben dem Spaß auch noch einige andere positive Effekte.</p> <p>Die Herren können mit den Damen Erinnerungen an die Tanzstunden- oder Ballzeit austauschen. So kommen nicht nur Bewegungsapparat, Nerven und Muskeln, sondern auch Herz und Hirn in Schwung.</p> <p>Es bleibt also nicht nur der Körper, sondern auch der Geist beim Sitzanz für Senioren fit und aktiv.</p>
Seminarinhalte	<ul style="list-style-type: none">• Austausch im beruflichen Alltag• Organisation und Gestaltung einer Tanzstunde im Sitzen• Musik: Kriterien für die richtige Musikwahl• Praktische Übungen• Reflexion
Seminarziel	Am Ende des Seminares können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eines Tageskurses das Gelernte sofort im Alltag umsetzen.
Abschluss	Trägerbescheinigung
Zielgruppe	Betreuungskräfte sowie weitere interessierte Personen
Teilnehmerzahl	Mindestens 6 Teilnehmende / Höchstens 10 Teilnehmende
Seminartermine	05.12.2020
Seminarort	campus MB gGmbH Flutstraße 201 26388 Wilhelmshaven
Seminarzeit	09:00 Uhr – 16:00 Uhr
Seminarumfang	8 Unterrichtseinheiten (1 Unterrichtseinheit = 45 Minuten)
Seminarkosten	110,00 Euro