



Kognitive Aktivierung im Alltag: Gymnastik fürs Gehirn

Schulungszentrum Gesundheit

Beschreibung

Sie suchen nach Ideen und Anregungen, um die «grauen Zellen» Ihrer Bewohner*innen und Klient*innen situationsangemessen zu aktivieren? In dieser Fortbildung erhalten Sie viele Anregungen, wie Sie auf interessante und kurzweilige Weise das Gehirntraining in Ihren Berufsalltag mit Senior*innen einbringen können. Es werden Übungen zur kognitiven Aktivierung vorgestellt und erarbeitet, die verschiedene Gehirnleistungen trainieren.

Zielgruppe

Mitarbeitende in der Pflege sowie Aktivierungstherapeut*innen

Ihr Nutzen

- Sie erweitern Ihr persönliches Repertoire an Aktivierungsmöglichkeiten.
- Sie lernen einfach umzusetzende Übungen für Einzel- und Gruppenaktivierung.
- Sie können Gehirntraining auf interessante und kurzweilige Weise in den Berufsalltag einbringen.
- Sie ergänzen und frischen Ihre bisherigen Kenntnisse zur Thematik auf.

Inhalte

- Informationen zum Thema «ganzheitliches Gedächtnis»
- Wahrnehmungs-, Bewegungs- und Entspannungselemente
- Einfache und strukturierte Übungen zur Anregung der geistigen Fitness
- Ausführliche Seminarunterlagen mit Kopiervorlagen

Methoden

Theorie zum ganzheitlichen Gedächtnistraining, Gruppenarbeiten, Praxisübungen, Diskussion und Austausch

Gruppengrösse

12-16 Personen

Dauer

1 Tag

Ort

SGZ Campus
Räffelstrasse 12
8045 Zürich

Funktionäre

Tagscherer Petra, Leitung

Wiesner Marco, Produkteverantwortlichkeit

Termine

Freitag, 1. November 2024, 08:30 bis 17:00 Uhr

Preis

Fr. 300.–



Kontakt

Stadt Zürich
Schulungszentrum Gesundheit
SGZ Campus
Räffelstrasse 12
8045 Zürich

Tel. 044 415 18 00
sgz@zuerich.ch

www.stadt-zuerich.ch/sgz
www.facebook.com/sgz.bildung
www.wissen-pflege-bildung.ch