Rheinische Gesellschaft für Diakonie

Im Verbund der Diakonie

Fortbildung zum Thema Pflege, Beschäftigung und Bewegung

Tanzen im Sitzen – Bewegung und Musik zur Aktivierung von Körper und Geist

Zielsetzung:

Einfache Sitztänze mit angepassten Bewegungsabläufen und motivierender Musik fördern die körperliche und geistige Aktivität bis ins hohe Alter. Dabei werden Koordination, Ausdauer, Reaktionsfähigkeit und Gedächtnis trainiert. Zugleich entsteht ein positives Gemeinschaftserlebnis, das Bewegung und Lebensfreude verbindet. Regelmäßiges Tanzen im Sitzen unterstützt das körperliche und geistige Wohlbefinden und bereitet zudem Freude.

In dieser Fortbildung betrachten wir, wie das Tanzen im Sitzen schrittweise in eine Gruppenstunde eingebaut werden kann und wie Sie es mit Leichtigkeit und Freude anleiten und an die Bedürfnisse Ihrer Teilnehmenden anpassen können.

Inhalte:

- Grundlagen der Arbeit mit Musik (Musikaufbau, Struktur, Auswahl geeigneter Stücke)
- angepassten Bewegungsabläufen im Sitzen zur Förderung von Mobilität und Flexibilität
- Einsatz von Rhythmen und Liedern, die Erinnerungen und Emotionen anregen
- praktischen Möglichkeiten zur Integration von Sitztänzen in den Betreuungsalltag

Zielgruppe: Mitarbeitende Soziale Betreuung, Betreuungskräfte

Die Fortbildung eignet sich sowohl für Betreuungskräfte als Weiterqualifizierung gem. §53b SGB XI als auch für Pflegekräfte.

Termin: 29.04.2027 **Kurs-Code:** FB-2027-04-29.D

Zeitumfang: 09:00 Uhr – 16:30 Uhr

Ort: Digital per Teams

Nächstenliebe leben

Rheinische Gesellschaft für Diakonie

Im Verbund der Diakonie

Dozent*in:



Verena Simon

Anmeldung interne Mitarbeitende über: **RELIAS**
Anmeldung externe Teilnehmende über: weiterbildung@rg-diakonie.de