

## Kursangebote:

### MH Kinaesthetics® The Original Zertifizierter Anwenderkurs

Die Teilnehmer lernen Begleitungsprozesse mit Patienten, Angehörigen und Kollegen in der Praxis zu gestalten. Sie nutzen das Kinaesthetics Wissen und Können, um praxisrelevante Themen und Situationen in kleinen Gruppen oder Teams zu bearbeiten. Der Zertifizierungskurs dient der Integration von MH Kinaesthetics® in den beruflichen Alltag und leistet einen Beitrag im Prozess der Gesundheitsförderung, des gemeinsamen Lernens aller Beteiligten in der Organisation, sowie der Erweiterung der Fachkompetenz der Mitarbeiter/- innen im Kontext der Fachthemen, Prophylaxen und Mobilitäts-erhaltung und -Förderung.

**Fokus: „Ich und meine Kollegen“  
in der Praxis**

### Supervision für Zertifizierte Anwender

Die Supervision dient der Qualitätssicherung von Begleitungsprozessen. Sie unterstützt die zielgerichtete Weiterentwicklung der Anwenderkompetenz. Es besteht die Möglichkeit zum fachlichen Austausch, zum Klären von Anliegen und zur Reflektion von praktischen Erfahrungen.

### Schwerpunkt Seminar (z.B. Adipositas, Demenz...) im Kontext Bewegung

In diesem Seminar steht die praktische Umsetzung verschiedenster Themen wie Adipositas, Demenz und Bewegung im Alter fördern, im Vordergrund

### Zertifizierte Anwender – Refresh Tage

Sie sind Zertifizierter Anwender und schon seit einiger Zeit nicht mehr aktiv? Sie brauchen neuen Input? Dann sind sie hier genau richtig!

## Allgemeine Informationen

### Referenten

#### Karin Rank

MH Kinaesthetics® Trainerin  
Universitätsklinikum Regensburg

#### Wolfgang Götzfried

MH Kinaesthetics® Trainer

### Veranstaltungsorte

Seminarräume  
Universitätsklinikum Regensburg

### Termine

Siehe Programm und auf Anfrage

### Kurszeiten

Jeweils von 09:00 - 16:30 Uhr

### Kosten

Grundkurs 450 €  
Aufbaukurs 500€  
Zertifizierte Anwenderausbildung 1300 €  
Supervision ZAK 240 €  
Positionierungsseminar 120 €

### Organisation und Anmeldung

Universitätsklinikum Regensburg  
Referat Fort- und Weiterbildung  
Franz-Josef-Strauß-Allee 11  
93053 Regensburg  
weiterbildung@ukr.de

Weitere Informationen zu dieser Veranstaltung:

Karin Rank  
Tel.: 0941 944 38991  
karin.rank@ukr.de



SPITZE IN DER MEDIZIN.  
MENSCHLICH IN DER BEGEGNUNG.



Stabsabteilung Personalentwicklung Referat BGM

**MH Kinaesthetics®  
Kurse  
Jahresprogramm 2022**



## Gesundheitsentwicklung und Lernen in jeder Lebensphase

### Was ist MH Kinaesthetics®?

Maietta-Hatch (MH) Kinaesthetics® ist ein Bildungssystem, gegründet auf der Lehre menschlicher Bewegung. Es basiert auf der wissenschaftlichen Grundlage der Verhaltenskybernetik:

„Die Art und Weise, wie ein Mensch seine Alltagsaktivitäten - privat und beruflich - gestaltet, beeinflusst seine Gesundheits- und Lernprozesse positiv oder negativ - ein Leben lang.

### Warum ist das wichtig?

Der Zeitgeist fordert von allen Menschen, persönlich, fachlich und auch auf der organisationalen Ebene Flexibilität und Kompetenzerweiterung. MH Kinaesthetics® unterstützt Menschen bei ihrer ständigen Auseinandersetzung mit sich, den wandelnden Strukturen und den Inhalten mit der Absicht, gesund zu bleiben und weiter lernen zu können.

Im MH Kinaesthetics® Bildungsprogramm lernen die Teilnehmer/innen die Konzepte menschlicher Bewegung und anatomischer Formen zu verstehen und anzuwenden, mit dem Ziel die Qualität ihrer Alltagsaktivitäten positiv zu beeinflussen.

Das UKR bietet vom Grundkurs bis hin Zertifizierte Anwenderausbildung, alle aufeinander aufbauenden Kurse an.

Mit freundlichen Grüßen



Karin Rank  
Stabsstelle Personalentwicklung  
Referat Betriebliches Gesundheitsmanagement  
[karin.rank@ukr.de](mailto:karin.rank@ukr.de)  
Tel. 0941 944 38991

## Grundkurse MH Kinaesthetics®

<b>Termine:</b>	GK 1:	17.01 – 20.01.2022
	GK 2:	26./27.02 und 19./20.03.2022
	GK 3:	16.05 – 19.05.2022
	GK 4:	18.07 – 21.07.2022
	GK 5:	01.08 – 04.08.2022
	GK 6:	07.11 – 10.11.2022
	GK 7:	05.12 – 08.12.2022

## Aufbaukurse MH Kinaesthetics®

<b>Termine:</b>	AK 1:	07.02 – 10.02.2022
	AK 2:	21.03 – 24.03.2022
	AK 3:	27.06 – 30.06.2022
	AK 4:	12.09 – 15.09.2022
	AK 5:	22./23.10 und 12./13.11.2022

## Zertifizierte Anwenderausbildung MH Kinaesthetics®

<b>Termine:</b>	Modul 2/3 (Kurs 2021) :	21.02 – 25.02.2022
	Modul 3/3 (Kurs 2021):	09.05 – 13.05.2022

Neuer Kurs:  
Modul 1/3 (Kurs 2022): 19. – 20.12.2022

## Supervision für Zertifizierte Anwender

**Termine:** 14./15.11.2022

## Zertifizierte Anwender - Refresh Tage

18.03.2022 und 06.05.2022

## Schwerpunkt Seminar im Kontext Bewegung (z.B. Adipositas, Demenz ...)

16.11.2022

## Kursangebote:

### MH Kinaesthetics® Grundkurs

Im Grundkurs steht die eigene Bewegung im Vordergrund. Teilnehmer bearbeiten die MH Kinaesthetics® Konzepte und lernen dadurch, Bewegung in alltäglichen Aktivitäten aus verschiedenen Perspektiven zu erfahren, zu verstehen und im Sinne der Gesundheitsentwicklung und Selbstständigkeit aller Beteiligten anzupassen. Die TN lernen, die Menschen in Bewegungsaktivitäten zu unterstützen anstatt die Bewegung zu übernehmen und Gewicht zu heben. So schützen sie sich selbst vor Überlastung und Verletzung. Dies wirkt sich positiv auf die Gesundheitsprozesse aller Beteiligten aus.

### Fokus: „Ich“

### MH Kinaesthetics® Aufbaukurs

Im Aufbaukurs steht die Bewegung von Pflegenden im Zusammenspiel mit der Bewegung von Patienten im Vordergrund. Im Grundkurs haben die Teilnehmer gelernt, das Konzeptsystem als Werkzeug zu nutzen, um Aktivitäten zu unterstützen. Im Aufbaukurs lernen Teilnehmer das Konzeptsystem als Analysewerkzeug anzuwenden, um die individuellen Bewegungsressourcen von Patienten, mit großen Bewegungsproblemen zu erkennen und zu nutzen. Die eigene Bewegung ist der Schlüssel für Gesundheit, Lernen und Selbstständigkeit. Menschen machen Fortschritte in ihrem Genesungsprozess, wenn sie ihre Bewegung in allen alltäglichen Aktivitäten, gleich wie klein sie ist, aktiv einbringen können.

### Fokus: „Ich und Du“ (Patient)