Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge
Fachbereich Ergotherapie
A - 9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
ergotherapie@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Klagenfurt, im April 2024

Detailprogramm LG-Nr.: E24037

Yoga in der Ergotherapie

22. - 24. 11. 2024

Unterrichtszeiten:	Freitag:	09:30 – 17:30 (8 UE á 45min)
	Samstag:	09:00 – 17:00 (8 UE á 45min)
	Sonntag:	09:00 – 12:00 (4 UE á 45min)

Hintergrund

Yoga adressiert mit einem ganzheitlichen Ansatz zahlreiche Themen der Ergotherapie in den Fachbereichen Neurologie, Psychiatrie und Geriatrie, wie zum Beispiel Körperwahrnehmung, Sturzprävention, im Alltag notwendiges Bewegungsausmaß, Aufmerksamkeit, Umgang mit Stress oder auch Selbstwirksamkeit bei psychischen oder körperlichen Beschwerden wie z.B. Schmerz.

Fächerübergreifend können vielfältige Krankheitsbilder unterstützend therapiert werden (Parkinson, Schlaganfall, Multiple Sklerose, Depression, Ängste, Burnout, chronischer Schmerz, ME-CFS/Long-Covid u.v.m.). Sekundär lassen sich Bereiche wie soziale Teilhabe, Lebensqualität, gesundheitsfördernde Freizeitgestaltung oder die selbstständige Alltagsbewältigung positiv beeinflussen.

Inhalte

Im Kurs wird der therapeutische Einsatz von Yoga in der Arbeit mit Patient*innen nach aktuellem Forschungsstand und anhand von Fallbeispielen aus der Praxis vermittelt.
Der Fokus liegt auf patient*innengerechten ressourcenorientierten Interventionen, die auf das jeweilige Niveau angepasst sind (auch für stark eingeschränkte Patient*innen) und im Rahmen der Therapie als Therapiemittel oder Betätigungsziel eingesetzt werden.
Speziell für Ergotherapeut*innen, die mit Erwachsenen in den Fachbereichen Neurologie, Psychiatrie oder Geriatrie arbeiten, werden Übungen praktisch ausprobiert und können direkt nach dem Kurs in der Arbeit mit Patient*innen Anwendung finden.

Schwerpunkte Selbsterfahrungs-Praxis

- Yoga mit Schwerbetroffenen: Atem & Wahrnehmung
- Yoga am Stuhl = Yoga für Alle
- Yoga für den Rumpf: Kraft & Gleichgewicht
- Adaptives Yoga: Sonnengruß-Workshop
- Asana Analyse am Beispiel „Kobra“

Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge
Fachbereich Ergotherapie
A - 9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
ergotherapie@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Referentin:
Ricarda Bittner, Selbstständige Ergotherapeutin für Erwachsene mit Schwerpunkten Neurologie, Orthopädie und Psychiatrie, zertifizierte Yoga Lehrtätigkeit seit 2014 mit dem Schwerpunkt Prävention und Gesundheitsförderung

Ziel:
Kursteilnehmer*innen bekommen ein

- Grundlagenwissen über evidenzbasierte Wirkungsweisen von Yoga strukturiert am Ergotherapie Praxismodell OPMA,
- können YBI (Yogabasierte Interventionen) analysieren
- und zielgerecht für Patient*innen ressourcenorientiert adaptieren.

Kursteilnehmer*innen sammeln Selbsterfahrung in Praxisblöcken mit jeweils unterschiedlichem Schwerpunkt, können ihr therapeutisches Repertoire erweitern und die erprobten Übungsvarianten sofort nach dem Kurs in der Praxis einsetzen.

Unterrichtseinheiten: 20 UE á 45min

Zielgruppe:
Ergotherapeut*innen mit Interesse an ressourcenorientiertem Yoga für ihre erwachsenen Patient*innen (Fachbereiche Neurologie, Geriatrie, Psychiatrie)

Praktische Yoga Erfahrung ist von Vorteil, aber keine Bedingung