

Ergonomische Haltung und Bewegung in der Kita

Gesunder Rücken, fitte Fachkräfte!

10. März 2025

Interessiert?

Ihre Anmeldung richten Sie bitte an:

ibs Akademie Bildung & Erziehung
Dölvesstr. 8, 28207 Bremen
Telefon: 0421/491567-17
E-Mail: bildung.erziehung@ibs-bremen.de

Oder melden Sie sich online an unter:

<https://erzieherin-bremen.de/akademie>

Sie benötigen Beratung oder haben noch Fragen?

Rufen Sie uns gerne an oder schreiben Sie uns.
Ihre Beraterin der Akademie Bildung & Erziehung,
Heike Börsch, h.boersch@ibs-bremen.de

Eine Akademie der ibs Gruppe



Ergänzend zu unseren schulischen Ausbildungsangeboten in Bremen, Berlin und Rostock, bieten die Akademien der ibs Gruppe Fort- und Weiterbildungsangebote für den spezifischen Bedarf Berufstätiger, die sich in ihrem Fachgebiet

persönlich und fachlich weiter entwickeln wollen. Akademien für Berufstätige in Pflegeberufen bestehen seit vielen Jahren in Bremen und Rostock. Mit der Akademie Bildung & Erziehung bieten wir in Bremen und Niedersachsen für Fachkräfte in Kitas, Horten, Grundschulen und Jugendhilfeeinrichtungen Fort- und Weiterbildungen an.



Aktuelle Termine finden Sie
auf unserer Website.



Bildung. Perspektive. Zukunft.



- ✓ Funktionsweise der Wirbelsäule verstehen
- ✓ Ergonomisch günstige Körperhaltung beim Sitzen, Stehen und Bücken
- ✓ Rückenschonend Heben und Tragen
- ✓ Entlastungshaltungen und Ausgleichsübungen kennen lernen

In dieser Fortbildung werden Sie die Basics der Ergonomie und deren Bedeutung für pädagogische Fachkräfte in Kitas kennenlernen. Dazu beschäftigen Sie sich mit der Funktionsweise der Wirbelsäule, um darauf aufbauend die Merkmale einer ergonomischen Umgebung sowie einfache Bewegungsabläufe zu erfassen. Diese interaktive Fortbildung bietet Ihnen die Möglichkeit aktiv, Übungen und entlastende Haltungstechniken auszuprobieren, die Sie direkt in ihrem pädagogischen Alltag umsetzen können.



Ziele

Ziel dieses Workshops ist es, den Teilnehmenden ein gesundheitsförderndes Verhalten zu vermitteln, um langfristig Schädigungen vorzubeugen und das allgemeine Befinden am Arbeitsplatz zu steigern.



Für wen?

Pädagogische Fachkräfte und (stellv.) Leitungskräfte



Wann?

10. März 2025



Zeitraumen

8 UE/ 1Tag, 9.00 - 16.30 Uhr



Kosten

189,-



Dozent*in

Birgit Neisser

Physiotherapeutische Arbeitsplatzberaterin EPC,
Freiberufliche Physiotherapeutin