

Inleiding

Wanneer de adem regelmatig stopt of wordt ingehouden in spannende situaties, neemt de kwaliteit van bewegingen af en de spanning in spieren neemt toe. Oefeningen om de adembeweging vrij te geven en meer ruimte te creëren voor de adem, zorgen voor ontspanning en vloeiende bewegingen vanuit een meer bewust gevoel voor ruimte.

Inhoud

De cursus de volgende onderwerpen:

- het volgen en observeren van de eigen adembeweging
- het observeren van de adembeweging van de patiënt
- de adem uitnodigen en begeleiden in oefeningen en behandelvormen
- de dynamiek van de adem in de communicatie tussen patiënt en therapeut

Doel

Na de cursus ben je in staat ademhalingsklachten en spanningsklachten te behandelen. Je bent je meer bewust geworden van non-verbale communicatie via adem en spierspanning (tonuscommunicatie) tussen patiënt en therapeut. Door het leren waarnemen en interpreteren van de adembeweging ben je in staat passende ademoefeningen en – behandelingen aan te bieden.

Werkwijze en programma

In de cursus wordt gewerkt met ervaringsgericht leren. De docent demonstreert ademoefeningen, die vervolgens gezamenlijk uitgevoerd worden. De ervaringen met de oefeningen worden gezamenlijk besproken.

Vervolgens komen behandelvormen aan bod. De docent geeft een demonstratie en de cursisten oefenen met elkaar de behandelvorm. Na het behandelen geven zij elkaar feedback en wordt van rol gewisseld. Tot slot worden de behandelingen plenair besproken. Op elke lesdag wordt gewerkt rond een bepaald thema, bijvoorbeeld, rug, onderste ademruimte, schoudergordel, enz.

Tussen de lesdagen zit enkele weken tijd om met de aangeboden stof te oefenen en waar mogelijk toe te passen. Hiervan brengen de cursisten per e-mail verslag uit voor de volgende cursusdag. In de e-mail kan men ook vragen opwerpen en eigen casuïstiek inbrengen. In de lessen is ruimte om linken te leggen tussen patiënten die men in behandeling heeft en oefeningen en behandelvormen.

Docent

Drs. Borg Diem Groeneveld is ademtherapeut en stemtherapeut. Hij geeft vanaf 1994 een opleiding voor adem- en stemtherapie. Hij is opgeleid in de 'ervaarbare adem' van Ilse Middendorf, 'Atem-Tonus-Ton' van Maria Höller en de eutonie volgens Gerda Alexander.

Informatie

Cursus: "Adem & ontspanning)"
(minimaal 8 deelnemers en maximaal 14 deelnemers, inschrijving op volgorde van aanmelding)

Data: Vrijdag 5 maart 2010
Woensdag 31 maart 2010
Woensdag 21 april 2010
Woensdag 26 mei 2010
Woensdag 23 juni 2010

Doelgroep: Fysiotherapeuten

Organisatie: ELANN i.s.m. Borg Diem Groeneveld

Aanvang: 10.00 uur – 17.00 uur

Locatie: Centrum voor beweging en inspiratie
"Al Nour"
Blekerstraat 17
9718 EA Groningen

Accreditatie: geaccrediteerd door de KNGF onder nummer 6797 voor 40 accreditatiepunten. Voor het verkrijgen van het certificaat van 40 uur, dient u alle dagen aanwezig te zijn.

Prijs: € 790.— inclusief readers en catering

Aanmelding: Via bijgaand inschrijfformulier ingevuld en ondertekend aan ons te retourneren voor vrijdag 29 januari 2010
Fax: 050-5342181

Inlichtingen: ELANN t.a.v. Janneke Komduur, tel. 050-3666442. E-mail: j.komduur@elann.nl



Eerste Lijns Advies Noord-Nederland

DamsterDomus
Damsterdiep 191-E
9713 EC Groningen
T 050-3666442
F 050-5342181
E dkb@elann.nl
www.elann.nl

Cursus "ADEM & ONTSPANNING"

In samenwerking met
Borg Diem Groeneveld
Stembalans

Vrijdag 5 maart 2010
Woensdag 31 maart 2010
Woensdag 21 april 2010
Woensdag 26 mei 2010
Woensdag 23 juni 2010

Groningen

Accreditatienummer 6797
Register Algemeen Fysiotherapeut
40 punten