

KOSTENFREI – SEI DABEI

„Schnupper-Stunden“

Montag, 26.09.2011

Montag, 03.10.2011

Schutz vor dem Sturz 8.00 - 8.45 Uhr
Begleitung zur Bewegung 9.00 - 9.45 Uhr
Abschalten vom Alltag für pflegende Angehörige
10.00 - 10.45 Uhr
Förderderung der Feinmotorik 11.00 - 11.45 Uhr
Stabil und mobil mit Spiel 13.00 - 13.45 Uhr

Bitte bis zu 3 Tagen vorher anmelden –
Sportkleidung mitbringen!

Kursanmeldung bei den Schnupperstunden

Grüner Raum, Elisenstr. 1,
86159 Augsburg-Antonsviertel

KOSTENFREI – SEI DABEI

„Trau dich aufs Trampolin“

Samstag, 15.10.2011

11.00 - 14.00 Uhr

Fitness mit Freude für die ganze Familie
Trampoline zum testen
schwingen, springen, liegen, fliegen

Bitte bis zu 3 Tagen vorher anmelden –
Sportkleidung und Stoppersocken mitbringen!

Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem
Sportverein Reha Augsburg e.V.

RWS-Sporthalle, Alter Postweg 86a,
86159 Augsburg

PRAXIS-PROGRAMM

in

Bewegungspädagogik
Gesundheitspädagogik
Heilpädagogik

für

Erwachsene in Freizeit und Fortbildung
Senioren mit Spezialanforderungen
Erwachsene in
Behinderung und Besonderheit

mit Rita Mayinger

PRAXIS

Pädagogik Prävention Projekte
Ulrich Hofmaier Str. 16
86159 Augsburg
Tel. 0821 / 59 57 64
E-Mail: info@rita-mayinger.de
Web. www.pädprävp.de

Stadtsparkasse Augsburg
BLZ 720 500 00, Kto. 250 419 413



PRAXIS

Pädagogik

Prävention

Projekte

**Aktive
Angebote
im
Antonsviertel
Augsburg**

**Herbst
2011**

SENIOREN SPEZIAL STUNDEN

WANN:

Montag, 10. Oktober bis 19. Dezember 2011
von 8.00 - 8.45 Uhr

Schutz vor dem Sturz

Ganzheitliche Gymnastik in der Gruppe
Konzentration, Koordination, Kräftigung, Kreativität
Stützfunktionen und Sturzprophylaxe
Anleitung für den Alltag

! für gehfähige und gehbehinderte Senioren geeignet !

WO:

Grüner Raum, Eisenstr. 1 - Antonsviertel,
86159 Augsburg

KURSKOSTEN:

80,- Euro

KURSNUMMER:

20111010-SS

HINWEIS:

bequeme sportliche Kleidung mitbringen,
Getränke bitte in Plastikflaschen, Duschen vorhanden

WANN:

Montag, 10. Oktober bis 19. Dezember 2011
von 9.00 - 9.45 Uhr

Begleitung zur Bewegung

Aktivierung zu Alltagsaktivitäten
Gymnastik mit Gedächtnistraining
Mobil und munter mit Materialien
Fähigkeiten und Freude festhalten und fördern
**Spezielles Seniorenangebot bei kognitiven
Einschränkungen / Demenzformen**

WO:

Grüner Raum, Eisenstr. 1 - Antonsviertel,
86159 Augsburg

KURSKOSTEN:

80,- Euro

KURSNUMMER:

20111010-BB

HINWEIS:

bequeme sportliche Kleidung mitbringen,
Getränke bitte in Plastikflaschen, Duschen vorhanden

BEGEGNUNG UND BEGLEITUNG BEHINDERTER MENSCHEN

WANN:

Montag, 10. Oktober bis 19. Dezember 2011
von 13.00 - 13.45 Uhr

Stabil und mobil mit Spiel

Geh- und Gleichgewichtsübungen in der Gruppe
Steh- und Stabilitätsübungen zur Selbstständigkeit
Beweglichkeitsübungen mit dem Ball
Techniken für Transfers – Anleitung für den Alltag
für Erwachsene mit körperlichen Einschränkungen

WO:

Grüner Raum, Eisenstr. 1 - Antonsviertel,
86159 Augsburg

KURSKOSTEN:

80,- Euro

KURSNUMMER:

20111010-KK

HINWEIS:

bequeme sportliche Kleidung mitbringen,
Fahrdienst muss selbst organisiert werden
Zugang bedingt rollstuhlgerecht

HEILPÄDAGOGISCHE HANDLUNGSFELDER

Einzelförderung bei Erschwernissen und Einschränkungen

Psychomotorik und Prävention
Möglichkeiten auf dem Minitrampolin
Wahrnehmungsförderung auf Wunsch
Anleitung für den Alltag
Individuelle Inhalte

Termine und Themen auf Anfrage und Absprache

Erschwernisse und Einschränkungen in Sensorik (Sinne),
Motorik (Bewegung) und Kognition (Denken) bedürfen
einer individuellen und intensiven Förderung um
Selbstständigkeit zu ermöglichen. Vorhandene
Fähigkeiten zu erhalten und zu erweitern sind vor
allem bei erwachsenen Menschen mit Behinderungen
und im zunehmenden Alter ein vielseitiges und
fachlich fundierte Handlungsfelder der Heilpädagogik.

ANGEBOT FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

WANN:

Montag, 10. Oktober bis 19. Dezember 2011
von 10.00 - 10.45 Uhr

Abschalten vom Alltag Momente für mich – Pause statt Pflege

Elemente der Entspannung
Richtig bücken für den Rücken
Ganzheitliche Gymnastik zur eigenen
Gesundheitsförderung
Angebot für pflegende Angehörige

WO:

Grüner Raum, Eisenstr. 1 - Antonsviertel,
86159 Augsburg

KURSKOSTEN:

80,- Euro

KURSNUMMER:

20111010-AA

HINWEIS:

bequeme sportliche Kleidung mitbringen,
Getränke bitte in Plastikflaschen, Duschen vorhanden

GESUNDHEITSFÖRDERUNG IM GANZEN

WANN:

Montag, 10. Oktober bis 19. Dezember 2011
von 11.00 - 11.45 Uhr

Förderung der Feinmotorik

Fitness für Füße und Finger
Bewusstsein der Beweglichkeit
Körperwahrnehmung und Koordinationsübungen
Aktivität für alle Aktiven

WO:

Grüner Raum, Eisenstr. 1 - Antonsviertel,
86159 Augsburg

KURSKOSTEN:

80,- Euro

KURSNUMMER:

20111010-FF

HINWEIS:

bequeme sportliche Kleidung mitbringen,
Duschen vorhanden