

Liike tukee hyvinvointia – Kinestetiikan peruskurssi

Lisää turvallisuutta, ergonomiaa ja asiakkaan osallisuutta hoito- ja hoivatyöhön

Haluatko löytää uusia keinoja ergonomiseen, turvalliseen ja voimavaroja tukevaan työskentelyyn?

Kinestetiikan peruskurssi tarjoaa käytännönläheisiä menetelmiä asiakkaan, potilaan tai asukkaan liikkumisen ja osallistumisen tukemiseen arjen hoito-, kuntoutus- ja avustamistilanteissa.

Kinestetiikka perustuu ihmisen luonnollisen liikkumisen ymmärtämiseen. Menetelmän avulla voidaan vahvistaa asiakkaan omatoimisuutta, lisätä osallisuutta sekä vähentää työntekijän fyysistä kuormittumista. Samalla paranevat sekä asiakkaan että työntekijän hyvinvointi, turvallisuus ja työssä jaksaminen.

Koulutuksessa yhdistyvät teoria, käytännön harjoitukset ja osallistujien omat työelämän tilanteet, jotta opitut menetelmät siirtyvät suoraan arjen työhön.

Mitä opit?

Koulutuksen aikana opit:

- tunnistamaan ja hyödyntämään asiakkaan voimavaroja
- tukemaan liikkumista kuntouttavalla työotteella
- käyttämään turvallisia ja ergonomisia avustamisen menetelmiä
- vähentämään työn fyysistä kuormittavuutta
- löytämään uusia ratkaisuja päivittäisiin hoito- ja avustamistilanteisiin
- vahvistamaan asiakkaan osallisuutta ja toimintakykyä
- kehittämään omaa ammatillista osaamistasi kinestetiiikan periaatteiden mukaisesti

Kenelle koulutus sopii?

Koulutus on suunnattu erityisesti:

- sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille
- hoito- ja hoivatyössä työskenteleville
- kuntoutusalan ammattilaisille
- henkilökohtaisille avustajille
- asumispalveluissa työskenteleville
- kaikille, jotka työssään tukevat eri-ikäisten ihmisten liikkumista ja toimintakykyä

Miksi osallistua?

Kinestetiiikan osaaminen näkyy arjen työssä välittömästi.

Koulutuksesta saat konkreettisia työkaluja asiakkaiden kohtaamiseen ja avustamiseen sekä uusia näkökulmia kuntouttavaan, osallistavaan ja voimavaralähtöiseen työtoteeseen.

Hyödyt näkyvät niin asiakkaan kuin työntekijänkin arjessa:

- turvallisemmat avustamistilanteet
- ergonomisemmat työtavat
- asiakkaan toimintakyvyn parempi hyödyntäminen
- asiakkaan osallisuuden vahvistuminen
- työn fyysisen kuormituksen vähentyminen
- työhyvinvoinnin ja työssä jaksamisen tukeminen
- laadukkaampi asiakas- ja potilastyö

Käytännön tiedot

Ajankohta

8.–9.10.2026 sekä 1.–2.12.2026

Aika

klo 8.30–15.30

Paikka

Forssan ammatti-instituutti

Kesto

4 koulutuspäivää

Hinta

400 € / henkilö (sis. alv 25,5 %)

Hintaan sisältyvät

- aamupuuro
- lounas
- iltapäiväkahvi
- koulutusmateriaalit
- osallistumistodistus

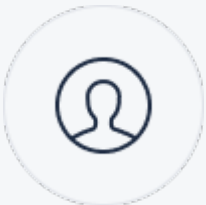
Osallistujamäärä

20 osallistujaa

Tule kehittämään osaamistasi, vahvistamaan työhyvinvointiasi ja löytämään uusia tapoja tukea ihmistä liikkeen avulla.

Paikkoja on rajoitetusti – ilmoittaudu mukaan ajoissa.

Lisätiedot



Maarit Ruusiala

koulutusasiantuntija

+358 401826866

maarit.ruusiala@lhkk.fi