

Überlastungssyndrome & Prävention

Handtherapie aus holistischer Sicht

- Datum:** 17./18. April 2021, Samstag/Sonntag
- Zeiten:** 1. Tag: 9:00 bis 17:00 Uhr
2. Tag: 9:00 bis 16:00 Uhr
- Kursleitung:** Sandra Leu, Ergotherapeutin FH, CAS Ergonomie, Dozentin der Spiraldynamik® (SVEB zertifiziert), DAS Ausbilderin in Organisationen
- Kosten:** 500 Fr.
- Kursinhalt:** Schlechte Körperhaltung, einseitige Belastung sowie repetitive Tätigkeiten gelten als Mitverursacher von Überlastungskrankheiten der oberen Extremitäten. Darunter fällt das häufig vorkommende und trotzdem noch wenig bekannte RSI-Syndrom. «Repetitive Strain Injury» ist eine Sammelbezeichnung für verschiedenartige Schmerzen im Schulter-Arm-Hand-Bereich. Es beschreibt eine Kumulation von verschiedenen Krankheitsbildern und macht deshalb eine genaue Diagnose und Therapie oft schwierig. Unter das RSI-Syndrom fallen Symptomaten wie beispielsweise Epicondylopathien, das Vasospastische-Syndrom, Tendovaginitis, das Karpaltunnelsyndrom, das Impingementsyndrom der Schulter etc.
- Der Kurs setzt sich mit der Entstehung und der Therapie dieses Krankheitsbilds auseinander.
- Im Weiteren geht dieser Kurs auf die gesunde und natürliche Grundhaltung sowie auf die myofasziale Kraft- und Bewegungsübertragung der oberen Extremitäten genauer ein.
- Es werden auch manuelle Techniken sowie praktische Übungen vermittelt.
- Kursziel:** Sie erhalten grundlegende Kenntnisse über die Entstehung und Behandlung von Überlastungssyndromen in den oberen Extremitäten und können davon therapeutische Massnahmen ableiten.
- Methodik:** Der Kurs besteht aus Wissensvermittlung, Eigenwahrnehmung, Mobilisationstechniken und 3D Koordinationsschulung. Der Unterricht gestaltet sich vorwiegend interaktiv und praktisch. Die Anatomie wird anschaulich und erlebbar vermittelt.
- Kursadresse:** Ergo RhyPark GmbH, Rheinweg 4, 8200 Schaffhausen
- Teilnehmerzahl:** Mindestens 8, Maximum 14 Teilnehmer/innen
- Anmeldung an:** kurse@ergo-rhypark.ch, Betreff: RSI