

Kneipp-Gruppenkurs für Pflegepersonal

Reserve ausgeschöpft, Patient kann nicht schlafen – was nun?

Schwerpunkt	Anwendungen bei Unruhe und Schlafstörung
Inhalt des Kurses	Der Schlaf verändert sich im Laufe der Zeit, das ist normal. Wenn sich der Anteil der Tiefschlafphasen verkürzt und die Schlafunterbrechungen zunehmen, fühlt man sich insgesamt weniger gut erholt. Nebst körperlichen Ursachen können auch psychische Erkrankungen oder seelischer Stress zu Schlafstörungen führen. Oftmals kommen Patienten in der ungewohnten Umgebung nicht zur Ruhe. Was nun? Die Reserve ist ausgeschöpft, der Patient kann trotzdem nicht schlafen? Es gibt sie noch, die vielen bewährten Mittel, die schlafanstossend wirken und Körper und Geist zur Ruhe kommen lassen. Die kneippsche Naturheilmedizin hat eine Reihe schlafanstossender Möglichkeiten, die rasch wirken und einfach anzuwenden sind. Der Kurs zeigt einfache, zweckmässige Anwendungen für Patienten, die mobil sind, aber auch für solche, die bettlägerig sind.
Wo und wann	Dieser Gruppen-Kurs wird direkt vor Ort, in Ihrer Institution, abgehalten. Weitere Möglichkeiten erfahren Sie über nachstehende Adresse.
Dauer	3 Stunden, Theorie und praktische Anwendungen
Teilnehmer	Bis höchstens 12 Personen pro Kurs
Kosten	Pauschal Fr. 850.- / Kurs Dies beinhaltet Theorie und Praxis vor Ort, inkl. Schulungsunterlagen.
Kursleitung	Silvia Aebi, Zentralpräsidentin Schweizer Kneippverband Pflegefachfrau HF/dipl. Kneipp-Gesundheitsberaterin

Auskunft/Anmeldung

Schweizer Kneippverband
Weissensteinstr. 35, 3007 Bern
031 372 45 43, Fax 031 372 91 61
info@kneipp.ch
www.kneipp.ch