

**SVNMK/
ASKNM**

Formation continue – Fortbildung

Sa. 26. Nov. 2011

Sa. 21. Jan. 2012

Sa. 25. Feb. 2012

Chers Membres,

Notre Association offre des Journées de formation continue pour nos membres actifs et passifs.

Voici **les avantages**:

1. Le **prix**. Pour 7 heures de formation: 90,-CHF. Ailleurs, on vous demande deux fois plus.
2. Le **temps**. Un samedi vous permet de préserver le week-end pour famille et repos.
3. Le **contenu**. Vous apprenez ce qui sera vraiment utile pour votre pratique.
4. La **méthode**. Nous travaillons comme selon les principes de notre association.
5. **Théorie et pratique**. Nous mettons immédiatement en pratique ce que nous apprenons.
6. La **langue**. Les 3 premières journées seront enseignées en français et en allemand.
7. **Etre ensemble**. Une rencontre entre ami-es et du temps (p.ex. picknick à midi) pour nous revoir.
8. Nos **membres passifs** auront l'occasion de devenir actifs.
9. Le **choix**. Vous choisissez chaque journée de formation individuellement.

En plus: ces journées de formation vous donneront envie d'offrir vous-même une journée! Seul-e ou à deux. Et: vous aurez de l'aide pour la planification d'une telle journée!

Cordialement, Hans Barth

Liebe Mitglieder,

der Verband bietet für unsere Aktiv- und Passiv-Mitglieder Fortbildungstage an.

Hier die **Vorteile**:

1. **Preis**. Für 7 Kurs-Std. nur 90,-CHF. Auf dem "freien" Markt zahlen Sie doppelt so viel.
2. **Zeitaufwand**. Ein Samstag erhält das Wochenende für Familie und Ausruhen.
3. **Inhalt**. Sie lernen nur das, was Sie auch wirklich gebrauchen können in Ihrer Praxis.
4. **Methode**. Wir arbeiten nach den Grundsätzen unseres Verbandes.
5. **Theorie und Praxis**. Wir üben all das, was wir neu lernen oder vertiefen.
6. **Sprache**. Die ersten drei Fortbildungstage finden in französisch und deutsch statt.
7. **Zusammensein**. Ein Treffen unter Freunden mit viel Gelegenheit zum Wiedersehen (z.B. beim gemeinsamen Mittags-Picknick).
8. **Passiv-Mitglieder**: eine wunderbare Gelegenheit, wieder einmal aktiv zu werden.
9. **Wahl**. Sie wählen jeden Fortbildungstag einzeln.

Und noch etwas:

Unsere Fortbildungstage sind für jeden ein Anreiz, selbst einen Tag anzubieten, allein oder zu zweit. Und: Hilfe für die Planung gibt es auch!

Herzlich, Hans Barth

INSCRIPTION

Y a-t-il une date limite?

Oui. Deux semaines avant la date du cours.

Le nombre de participant-es est-elle limité?

Oui. Donc: s'inscrire le plus vite possible.

Comment s'inscrire?

Auprès des responsables de cours:

Hans Barth,
Gd' Rue 16
1700 Fribourg
hansbarth@bluewin.ch
Tél. 026-322 63 38

Marie-France Blanc,
Communal 10,
2400 Le Locle
mfblanc1@hotmail.com
Tél. 032-931 80 09

Claude-Eveline Bourquin,
Es Planches 2
2842 Rossemaison
ce_bourquin@yahoo.fr
Tél. 032-422 72 20

Comment payer?

Après l'inscription auprès du/de la responsable de cours, vous recevez la confirmation avec le mode de paiement.

ANMELDUNG

Gibt es einen Anmeldeschluss?

Ja. Zwei Wochen vor dem Datum des Fortbildungstages.

Ist die Teilnehmerzahl beschränkt?

Ja. Deshalb so schnell wie möglich anmelden.

Wie melde ich mich an?

Bei den KursleiterInnen:

Hans Barth,
Gd' Rue 16
1700 Fribourg.
hansbarth@bluewin.ch
Tél. 026-322 63 38

Marie-France Blanc,
Communal 10,
2400 Le Locle
mfblanc1@hotmail.com
Tél. 032-931 80 09

Claude-Eveline Bourquin,
Es Planches 2
2842 Rossemaison
ce_bourquin@yahoo.fr
Tél. 032-422 72 20

Wie zahle ich?

Nach der Anmeldung bei dem/der Kursleiter-s-in erhalten Sie die Bestätigung mit Zahlungsanleitung.

Touch for Health: la démarche.	Touch for Health : das Gangbild.
<p data-bbox="185 378 324 411">Descriptif:</p> <p data-bbox="185 449 782 592">Un séminaire d'une journée sur la "marche debout" à laquelle le TFH nous invite: sur le plan corporel, énergétique, émotionnel, mental et spirituel.</p> <ul data-bbox="237 638 782 1415" style="list-style-type: none"> • Corporel: nous allons rafraîchir notre connaissance des muscles. • énergétique: à l'aide de tests musculaires complémentaires, nous apprenons à explorer et à équilibrer avec nos client-e-s la démarche (avancer, se retirer, éviter) à différents moments de leurs biographie. • émotionnel: nous nous égarons parfois dans des rôles inappropriés. Notre démarche n'est pas la bonne. Comment le modifier? • mental: des programmes de sabotage peuvent inhiber/dévier la marche debout. • spirituel: le spirituel nous parle du (vrai) sens de notre démarche. Nous allons où et pourquoi? La kinésiologie de John Thie a une dimension spirituelle: comment l'intégrer dans notre travail? 	<p data-bbox="818 378 964 411">Kursinhalt:</p> <p data-bbox="818 449 1386 592">Ein Tagesseminar zum Aufrechten Gang, zu dem uns TFH einlädt: auf der körperlichen, energetischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Ebene.</p> <ul data-bbox="870 638 1419 1457" style="list-style-type: none"> • körperlich: Unser Wissen um die Muskeln werden wir auffrischen. • energetisch: Wir lernen, mit unseren KlientInnen das Gangbild (also wie wir Voranschreiten, Abstand nehmen, Ausweichen) mit zusätzlichen Muskel-Tests genauer zu untersuchen, lebensgeschichtlich zu erforschen und kinesiologisch auszugleichen. • emotional: Manchmal begeben wir uns in "unpassende Rollen" und finden nicht mehr heraus. Wir haben uns "vergangen". Wie können wir damit arbeiten? • mental: Unser aufrechter Gang wird bisweilen sabotiert. Und dann? • spirituell: Spirituelle Fragen sind Fragen nach dem (Letzt-) Sinn. Wohin und warum gehen wir? John Thie's Kinesiologie hat eine spirituelle Dimension. Können wir sie in unsere Arbeit integrieren?

Date / Datum	Sa 26. Nov. 2011
Horaire / Zeit	8:30-12 et 13.30-17:00 H
Lieu / Ort	Haute Ecole de Santé/Hochschule für Gesundheit - Rte des Cliniques -1700 Fribourg
Animateur	Hans Barth
Langue / Sprache	Frz. und Dt.
Prix	90,-Sfr
Materiel:	matelas ou couverture / dünne Matte od. dicke Decke. PLUS picknick

Kinésiologie et activités sportives	Kinesiologie und Sport
<p>Descriptif:</p> <p>Quel rapport entretenez-vous avec l'activité physique en général dans votre vie ?</p> <p>1. Le sport à l'école :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Souvenirs, frustrations, traumatismes, plaisir ? Evaluation des stress et Equilibration <p>2. Le sport en famille :</p> <ul style="list-style-type: none"> - En tant qu'enfant ou parent - Attentes de part et d'autre - Transfert d'ambitions et de rêves - Evaluation des stress et Equilibration <p>3. Etre adulte et « bouger »</p> <ul style="list-style-type: none"> - Quand ai-je réalisé vraiment l'importance du mouvement dans la vie ? - Motivations : esprit d'équipe, maintien du poids et nutrition, fatigue, plaisir de bouger, apports positifs physiques et psychiques - Organisation au quotidien (exp : monter les escaliers à pied, se parquer à 15 minutes de marche du travail...) <p>4. Evaluation des stress et Equilibration</p> <ul style="list-style-type: none"> - Activités physiques et rééducation - Problèmes physiques passagers et récurrents - Bouger tout en douceur et avec plaisir, l'échelle de borg, les massages, la gym dans l'eau, le chi gong et tai chi - Evaluation des stress et Equilibration 	<p>Kursinhalt:</p> <p>Wie halten Sie es mit der Bewegung?</p> <p>1. Sport in der Schule</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erinnerungen, Frustrationen, Traumata, Lust? - Stress-Evaluation und Ausgleich <p>2. Sport in der Familie</p> <ul style="list-style-type: none"> - als Kind oder Elternteil - Erwartungen der einen oder anderen - Transfer von Ambitionen und Traumwünschen - Stress-Evaluation und Ausgleich <p>3. Erwachsensein und Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wann habe ich wirklich die Bedeutung von Bewegung im Leben verstanden? - Motivationen: Team-Geist, Gewicht und Ernährung, Ermüdung, Lust an der Bewegung, körperliche und psychische Vorteile - Im Alltag (z.B. Treppensteigen, Parken und Zufussgehen, ...) - Stress-Evaluation und Ausgleich <p>4. Bewegung und Reha-Massnahmen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorübergehende und wiederkehrende Probleme - Sanfte und lustvolle Bewegungen, Borg-Skala, Massage, Wasser-Gymnastik, Chi Gong und Tai Chi - Stress-Evaluation und Ausgleich

Date / Datum Sa 21. Jan. 2011
Horaire / Zeit 8:30-12 et 13.30-17:00 H
Lieu / Ort Haute Ecole de Santé/Hochschule für Gesundheit - Rte des Cliniques -1700
Fribourg
Animateur Marie-France Blanc
Langue / Sprache Frz. und Dt.
Prix / Preis 90,-Sfr
Amener / Mitbringen matelas ou couverture, dünne Matte od. dicke Decke **PLUS picknick**

Réflexes dynamiques et posturaux	Dynamische und posturale Reflexe
<p>Descriptif:</p> <p>Les réflexes primitifs sont des mouvements automatiques que l'on observe chez le nouveau-né. Ils sont indispensables pour son bon développement et sa survie.</p> <p>Chacun de ces réflexes a une phase d'activation, puis d'inhibition. Si certains réflexes ne se développent pas, l'enfant va manquer de tonus musculaire, ce qui va retarder son développement moteur et entraîner des difficultés d'apprentissage. Si ces réflexes se développent mais ne s'intègrent pas au système nerveux, l'enfant peut devenir hyperactif.</p> <p>La rémanence de plusieurs réflexes archaïques constitue pour l'enfant (et l'adulte) un stress corporel tel qu'il lui est très difficile de se consacrer pleinement à ses objectifs d'apprentissage.</p> <p>Basée sur les recherches de Madame Masgutova (docteur en psychologie), cette journée de formation nous permettra de revoir différents réflexes importants et de les classer en fonction du Brain Gym et des trois dimensions (latéralité, focalisation et centrage).</p> <p>Pour chacun de ces réflexes nous reverrons : l'observation des mouvements, les vérifications rapides et en profondeur, des exercices d'activation, des procédures d'équilibrage et d'intégration, des mouvements et jeux intégratifs.</p>	<p>Kursinhalt:</p> <p>Die primitiven Reflexe sind automatische Bewegungen, die man beim Neugeborenen beobachtet. Sie sind wesentlich für seine Entwicklung und sein Ueberleben.</p> <p>Jeder dieser Reflexe hat eine Phase der Aktivierung und eine solche der Inhibition. Entwickeln sich bestimmte Reflexe nicht, so fehlt es dem Kind an Muskeltonus, was wiederum seine motorische Entwicklung verlangsamt und zu Lernschwierigkeiten führt. Entwickeln sich die Reflexe ohne sich ins Nervensystem zu integrieren, kann das Kind hyperaktiv werden.</p> <p>Das Fortwirken mehrerer primitiver Reflexe führt beim Kind (und beim Erwachsenen) zu körperlichem Stress und in der Folge zu Lernschwierigkeiten.</p> <p>Ausgehend von der Arbeit der promovierten Psychologin Frau Masgutova, werden wir wichtige Reflexe kennenlernen und sie dem Brain Gym und seinen drei Dimensionen (Lateralität, Fokalisierung, zentrierung) zuordnen.</p> <p>Für jeden Reflex lernen wir: Beobachtung der Bewegungen, Kurz- und vertiefte Tests, Aktivierungsübungen, Ausgleichs- und Integrationstechniken, integrative Bewegungen und Spiele.</p>

Date / Datum	Sa 25. Febr. 2012
Horaire / Zeit	8:30-12 et 13.30-17:00 H
Lieu / Ort	Haute Ecole de Santé/Hochschule für Gesundheit - Rte des Cliniques -1700 Fribourg
Animateur	Mme Claude-Eveline Bourquin
Langue / Sprache	Frz. und Dt.
Prix	90,-Sfr
Materiel:	matelas ou couverture / dünne Matte od. dicke Decke. PLUS picknick