

Wandelpauze: Wandelend in gesprek over dementie

*Unieke coronaproof scholing voor (zorg)professionals:

In deze tijd van corona (en het duurt al veel te lang...) zijn we allemaal op zoek naar mogelijkheden. Zorgorganisaties willen hun medewerkers graag blijven voorzien van goede scholing, maar in de praktijk is het toch lastig om dit te organiseren. Digitale scholingen worden niet altijd als prettig ervaren, en fysieke scholingen voelen niet meer veilig genoeg.

Hoe kun je dan nog wél een pakkende scholing organiseren?

Juist, door samen te gaan wandelen en in gesprek te gaan over dementie! tijd voor een *wandelpauze*, en dat kan helemaal coronaproof.

Ik kom op locatie en zal met een groepje medewerkers op pad gaan.

We maken gebruik van de gesprekskaartjes van “Een steekje los?” (zie <https://debagagedrager.nl/een-steekje-los-2/>) die de cursisten met elkaar gebruiken.

Voordelen en resultaten:

- Het kan op 1,5 meter afstand
- Collega's krijgen meer inzicht in dementie
- De kaartjes zorgen voor begrip en verbinding
- Er wordt op eigen kracht en ervaringen gewerkt aan verdieping in dementie
- Het wordt begeleid door een professionele coach/trainer

Opzet:

- Deze scholing duurt in zijn geheel ca. 2 uur
- 8 deelnemers/cursisten kunnen deelnemen per wandeling
- De organisatie heeft zelf een route uitgezet (4 á 5 km)
- Als het mogelijk is starten we binnen met de uitleg van de scholing, een kennismaking en introductie
- Vervolgens gaan we een uurtje wandelend in gesprek, dit gebeurt in duo's
- We sluiten (als het mogelijk is) binnen weer af met een nabespreking en delen van ervaringen, inzichten en tips

Wandelen is gezond!

Je leest het, alles staat in het teken van wandelen. Dat heeft een reden:

Terwijl je wandelt ervaar je ruimte en rust. Omdat je loopt, kom je ook mentaal makkelijk in beweging. In de natuur kun je je gedachten makkelijker de vrije loop laten; frisse lucht en ruimte geven een vrijer gevoel. Doordat je niet tegenover elkaar zit, hoef je niet de hele tijd oogcontact te maken en dat is wel prettig.

De natuur is goed voor de mens, zeker in combinatie met beweging. Het verlaagt stress en laat ons ontspannen en ons zelfs gelukkiger voelen.

Kosten:

Voor deze unieke (en coronaproof) scholing vraag ik een basistarief van €350,- Dit is inclusief BTW, maar exclusief eventuele reistijd en reiskosten.

Wandel mee op jouw locatie!

Is dit nu nét wat je als organisatie nodig hebt? Letterlijk samen in beweging komen en op een geheel verfrissende wijze werken aan het thema dementie?

Neem dan contact met mij op om een scholing in te plannen:

heidi@breininzicht.com / 06-10665701

Hartelijke groet, Heidi Nusselder

