



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

NELMS
METOD


Inbjudan till instruktörsutbildning i Nelms metod

På Angered Arena, Göteborg

torsdag den 29 oktober 2020

Träning i vatten för personer med funktionsnedsättning – gratis utbildning

Vill du lära mer om hur du kan använda vatten som för att öka rörelseförmågan och öka sensorisk medvetenhet i vattnet för personer med funktionsvariationer?

Torsdag den 29 oktober 2020 kommer vi att genomföra första delen av instruktörsutbildningen i Nelms metod på Angered Arena i Göteborg.

Målgrupp:

- 1) Du som själv har en funktionsnedsättning
- 2) Du som är anhörig, assistent eller är med i en förening/organisation som vill leda träningar i vatten för målgruppen.

Att sjunka ner i en varm bassäng är inte bara skönt, det ger också terapeutiska möjligheter. På utbildningen kommer du lära om hur kroppen fungerar i vatten och du lär dig övningar som du kan använda för att träna upp rörelseförmågan, rörelsekontrollen och den sensoriska medvetenheten hos personer med funktionsnedsättning.

Utbildare: Hilde Hansen, Peter Pettersson och Milton Nelms (via länk på zoom).

Program:

13.00-14.30: Introduktion och teori

14.30-15.00: Fika och ombyte

15.00-18.00: Träning i bassäng

Anmälan: på mail till Hilde Elise Hansen: hilde@nelmsmetod.se

Välkommen med din anmälan – det finns ett begränsat antal platser så vi ser gärna att du anmäler dig så snart du kan.

Vi kommer att följa Folkhälsomyndigheternas rekommendationer, och kommer därför att ta in ett mindre antal, så vi kan hålla avstånd till varandra.

Utbildningarna kommer vara en kombination av 2 fysiska träffar, à ca 4 timmar, med teori, och träning i bassäng, samt digitala träffar/föreläsningar. Utbildningen förutsätter att ni under utbildningen tränar med målgruppen/tränar själva. Efter första utbildningen är målet att vi ska följa upp den träning i vatten som du förväntas genomföra med besök och återträffar för att ytterligare utveckla metoden och övningarna.

Innan vi träffas i Göteborgs, så önskar vi att ni har deltagit på det digitala informationsträff, som vi kommer erbjuda någon vecka innan vi ses. Vi återkommer med dag och tid. Kan ni inte delta då, så kommer vi spela in, så ni kan kolla på det innan vi ses den 29 oktober.

Bassängen på Angered Arena håller en temperatur på ca 32 grader. Utbildningen kommer i huvudsak föregå på svenska, men delen som hålls av Milton Nelms kommer hållas på engelska.

Krav:

För att delta på utbildningen måste du vara över 18 år, förstå engelska och kunna delta aktivt i bassängen. Det förutsätter också att du efter utbildningen använder dina kunskaper och tränar med en grupp eller en person med funktionsnedsättning.

Projektet Nelms Metod har stöd från Arvsfonden i 3 år (tom 2021), och utbildningen är därmed gratis. Syftet med projektet är att utveckla, och utbilda i, en metod (Nelms metod) som använder vatten som ett terapeutiskt verktyg för att öka rörelseförmågan och öka sensorisk medvetenhet i vattnet för personer med funktionsvariationer (för barn, unga och vuxna). Målet är även att effekten ska uppnås på land. Metodiken bygger på Milton Nelms tankesätt, som också kommer vara involverad i projektet bl.a. som utbildare.

Vi fokuserar på att utveckla Nelms metod för dessa tre grupper:

1. Personer med förvärvad hjärnskada, som efter stroke eller olyckor.
2. Personer med medfödd hjärnskada, cerebral pares.
3. Autismspektrumsvandrom

Projektet är geografiskt begränsad till Skåne, Halland, Blekinge, Småland, Göteborgsområdet och Västmanland. Vi prioriterar därför deltagare därifrån.

Plats och tid: Angered Arena, Höggaffelsgatan 15, 424 65 Angered

Läs mera om projektet på www.nelmsmetod.se Följ oss gärna på FB – Nelms metod

Bakom projektet står Simklubben Poseidon i samarbete med Swedish Center for Aquatic Research och Furuboda Folkhögskola. Vi samarbetar också med Göteborg Parasportförbund, SLS Göteborg och Autism- och Aspergerföreningen i Västmanland.

För mera information om projektet och metoden se www.nelmsmetod.se eller kontakt
Projektledare: Hilde Elise Hansen, SK Poseidon, hilde@nelmsmetod.se telefon: 046-2740062