



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN



Inbjudan till utbildning i Nelms metod

På Kungsbacka Badhus

lördag den 23 oktober 2021

Träning i vatten för personer med funktionsnedsättning – gratis utbildning

Vill du lära mer om hur du kan använda träning i vatten för att öka rörelseförståelsen, rörelsekontrollen och den sensoriska medvetenheten i vattnet för personer med funktionsvariationer?

Lördag den 23 oktober 2021 bjuder vi in till utbildning i Nelms metod på Kungsbacka Badhus. Utbildningen består av teori och träning i bassäng. Projektet Nelms Metod har stöd från Arvsfonden i 3 år (tom 2021), och utbildningen är därmed gratis.

Adress: Kungsbacka badhus, Kungsbacka Sportcenter 2A, 434 50 Kungsbacka

Målgrupp:

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

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 rörelseförståelsen, rörelsekontrollen och den sensoriska medvetenheten hos personer med funktionsnedsättning.

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

Program:

10.00-12.00: Introduktion och teori
12.00-13.00: Lunch och ombyte
13.00-15.45: Träning i bassäng

Bassängen på Kungsbacka Badhus håller en temperatur på ca 32 grader.

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

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

Innan vi träffas i Kungsbacka, så önskar vi att ni har deltagit på vår digitala informationsträff, Vi kommer ha en träff den 28 september kl 19.00-20.00. Vi kommer möjligen också ha en träff ca en vecka innan vi ses i Kungsbacka. Vi återkommer med dag och tid.

Några veckor efter utbildningen i Kungsbacka kommer vi också ha en digital uppföljningsträff. Denna del kommer hållas av Milton Nelms.

Utbildningen kommer i huvudsak föregå på svenska, men de delar 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.

Instruktörsutbildning Nelms Metod

Utbildningen i Kungsbacka kan tas som en fristående del, men är också första delen av instruktörsutbildningen. Instruktörsutbildningen i Nelms Metod består av två delar:

Del 1:

Digital informationsträff (1 timme)
Fysisk träff (ca 2 timmar teori + 2,5 timme träning i bassäng)
Digitalt uppföljningsträff med Milton Nelms (ca 1 timme)

Del 2:

Fysisk återkopplingsamling 2–3 timmar teori + träning i bassäng
Digital föreläsning med Milton Nelms (ca 1,5 timme)
Ha deltagit på 2 digitala återkopplingsträff. Tema på dessa kan variera.

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 som en av utbildarna.

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.

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 kontakt Projektledare: Hilde Elise Hansen, SK Poseidon, hilde@nelmsmetod.se telefon: 046-2740062