



# Mitteldeutsche Bewegungsschule

[Mitteldeutsche Bewegungsschule](http://MitteldeutscheBewegungsschule.de)  
[Mitteldeutsche Bewegungsschule-mobil](http://MitteldeutscheBewegungsschule-mobil.de)

## Lothar Hartmann

1984 - 1989 Studium an der Bergakademie Freiberg / Dipl.-Ing. für Verfahrenstechnik  
1990 - 1993 Ausbildung zum Staatl. exam. Krankenpfleger in Leipzig  
Seit 2002 Bewegungstrainer Kinästhetik (DG Kinästhetik)  
Seit 2014 Freiberufler - Kinästhetik Trainer / Krankenpfleger

## Link zur Webseite

- [MitteldeutscheBewegungsschule.de](http://MitteldeutscheBewegungsschule.de)
- [MitteldeutscheBewegungsschule-mobil.de](http://MitteldeutscheBewegungsschule-mobil.de)

## Wahrnehmungsorientierte Bewegungsunterstützung in Sachsen Anhalt

### Ziele

- Hilfe zur Selbsthilfe
- Einbeziehung von wahrnehmungs- und bewegungsbeeinträchtigten Menschen in das soziale Leben im ländlich geprägten Raum
- Die Schulungsidee geht nicht nur an unterstützende Personen mit Bedarf in der Gegenwart, sondern enthält auch die Möglichkeit zur Beratung
- "Mobilität und Aktivität" in den eigenen 4 Wänden. So können sich die Teilnehmer auch auf den Entwicklungsverlauf des Alterns vorbereiten
- Die MBS / MBSm vermittelt, dass auch ältere Menschen einander effektiv helfen können
- Die Schulungen beinhalten das Lernen zur Anleitung und die praktische Bewegungsunterstützung von wahrnehmungs- und bewegungsbeeinträchtigten Menschen (das betrifft Unterstützer & Unterstützte)
- Praktikable Lösungen für schmerzgeplagte, ängstliche und/oder adipöse Menschen werden individuell abgestimmt und gemeinsam erarbeitet
- Lokal orientierte Lösungen, z.B. Vereinshaus, Biergarten, Kirche, Schwimmbad... werden aufgezeigt
- Das Erlernte kann auch an andere Menschen weitergegeben werden (Multiplikatorenprinzip)
- "Bewegungsunterstützung im ländlichen Bereich" hat so als Prozess die Chance "zum Selbstläufer" zu werden und sich auch von "externer" Beratung wie der "MBS / MBSmobil unabhängig zu machen"

### Zielgruppen sind

- Betroffene Wahrnehmungs- und bewegungsbeeinträchtigte Menschen
- Pflegende Angehörige, Beruflich Pflegende, Therapeuten, Freunde und freiwillige Helfer
- Kirche, FFW, THW, Treffpunkte, Mehrgenerationenhäuser, ...
- Alle Einrichtungen mit Bezug zur ambulanten und stationären Pflege älterer Menschen
- „Entscheider“ im Bereich Daseinsvorsorge z.B. in der Stadt- und Quartiersentwicklung

### Kontakt

Lothar Hartmann  
Mitteldeutsche Bewegungsschule  
Geschwister-Scholl-Str. 4, 06 118 Halle (Saale)  
Mobil: 0178- 2 444 374 /Telefax: 03 212- 1 001 963  
E-Mail: [Lothar.Hartmann@MitteldeutscheBewegungsschule.de](mailto:Lothar.Hartmann@MitteldeutscheBewegungsschule.de)