

Psychiatrische Dienste Aargau AG
 Psychiatrische Klinik Königsfelden
 Therapeutische Angebote
 Zürcherstrasse 241 / Postfach 432
 5201 Brugg
 056 462 21 11
www.pdag.ch

Psychiatrische Dienste Aargau AG
 Klinik Königsfelden

Bewegungs- und Sporttherapie



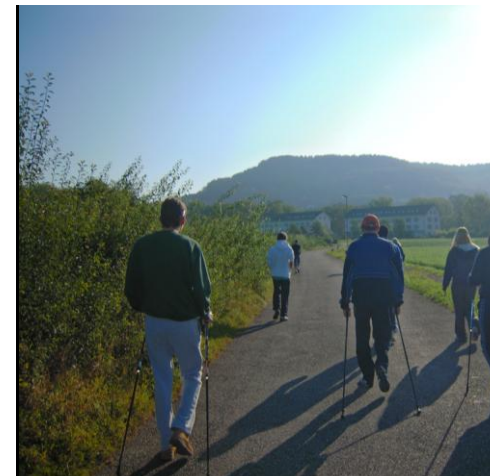
Die Bewegungs- und Sporttherapie beruht auf einem ganzheitlichen Menschenbild. Grundlage ist die Wechselwirkung zwischen dem physischen, psychischen und sozialen Erleben des Menschen. Im Zentrum steht dabei, die Freude an Bewegung und körperlicher Aktivität wieder aufleben zu lassen oder diese neu zu entdecken.

**«Leben ist Bewegung
 und ohne Bewegung
 findet Leben nicht statt.»**

(Moshe Feldenkrais)



PDAG
 Psychiatrische Dienste
 Aargau AG



PDAG
 Psychiatrische Dienste
 Aargau AG



Behandlung

Wir möchten Sie dabei unterstützen, Ausdruckskraft und Bewegungsrepertoire zu erweitern, den Kontakt zu Gefühlen und Körperbild zu verbessern sowie Körpergrenzen erlebbar zu machen.

Methode

Sie werden nach Absprache mit dem Behandlungsteam durch die ganzheitliche Begleitung und Unterstützung der für Sie zuständigen Therapeutin in ihrem individuellen Bewegungsziel gefördert. Durch das Erfahren des eigenen Körpers in Ruhe und in Bewegung können Sie Ihre Selbstwahrnehmung stabilisieren und erweitern und stärken so Handlungs- und Sozialkompetenz. Die dazugehörige Beziehungsarbeit ist dabei wesentlich.

Mittel

- Körperwahrnehmung
- Kräftigung und Ausdauer (z. B. Nordic Walking)
- Muskuloskelettale Rehabilitation
- Tanz und Ausdruck
- Koordination/Gleichgewicht und Sensomotorik
- Sport, Spiel und Fitness
- Entspannung/Meditation sowie Massage und passives Bewegen



Therapieangebot

Stationsspezifische Gruppen

Stationsübergreifende Gruppen

Nordic Walking, Bewegung und Entspannung

Einzeltherapie

Wahlangebote

Fitness, Fyrabegruppe

Anlässe im Jahr

Fasnacht, Disco, Tanznachmittag, Lichterlabyrinth

Therapieorte

- H4-E (Bewegungssaal/Musikzimmer)
- Turnhalle
- Bewegungs- und Fitnessraum P7-U
- Massageraum (bei Cafeteria Platane)
- Auf der Station
- Im Freien

Therapiezeiten

Nach Vereinbarung mit den zuständigen Therapeutinnen und Therapeuten, Tel. 056 462 22 22.

