

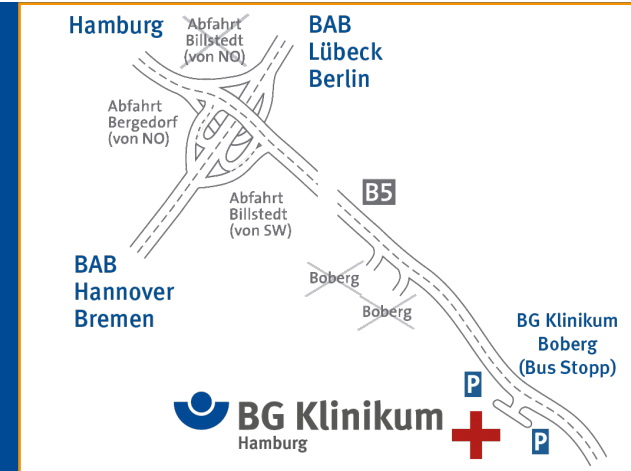
# Was bedeutet PNF?

- P** steht für Propriozeptoren, d. h. Rezeptoren, die wir u. a. im Auge, Innenohr, in der Haut, Muskeln und Gelenken finden. Sie leiten über Nervenbahnen ihre Informationen an das Gehirn. Das Gehirn verarbeitet die Informationen und lässt den Reiz beantworten. Dies kann u.a. das
- N** neuromuskuläre System sein, also die Funktionseinheit Nerv und Muskel betreffend
- F** Fazilitation, Erleichterung einer Bewegung oder Bewegungsfolge

Folglich ist das PNF-Konzept eine Behandlungsstrategie, mit deren Hilfe folgende funktionelle Probleme behandelt werden können:

- Anbahnung und Neuerlernen von Bewegungen und Bewegungsübergängen
- Qualitative Verbesserung von Bewegungen und Bewegungsübergängen in Aktivitäten des täglichen Lebens

BG Klinikum Hamburg  
Bergedorfer Straße 10, 21033 Hamburg  
Telefon: 040 7306-0  
Telefax: 040 739 46 60  
E-mail: mail@bgk-hamburg.de  
Internet: www.bg-klinikum-hamburg.de



Ergotherapie und Fortbildung

## PNF

Für Ergotherapeuten  
von Ergotherapeuten

Zentrum für Rehabilitationsmedizin

### Verkehrsverbindungen:

Autobahn A1 (aus Richtung Bremen/Hannover) Abfahrt Billstedt oder von NO (Berlin/Lübeck) Abfahrt Bergedorf, dann auf der B5 in Richtung Bergedorf.  
Von Hamburg: B5 (Schnellstraße).

### Parkplätze:

Die Besucherparkplätze des BG Klinikum finden Sie links und rechts der Einfahrt. Die erste Stunde ist kostenfrei.

### Öffentlicher Nahverkehr:

Ab Hamburg Hauptbahnhof: Schnellbus 31 bis „BG Klinikum Boberg“, S21 bis Bergedorf oder U2 bis Mümmelmannsberg.  
Ab S-Bahnhof Bergedorf (S21) oder U-Bahnhof Mümmelmannsberg (U2) mit dem Bus 29 bis „BG Klinikum Boberg“.  
Ab S-Bahnhof Bergedorf (S21) oder Wandsbek mit dem Bus X32 bis „BG Klinikum Boberg“.  
Ab Lauenburg: Schnellbus 31 bis „BG Klinikum Boberg“.

Folgen Sie uns auf:



PNF ist eine aktive Behandlungsmethode, die in den 40er – 60er Jahren in Kalifornien von Herrn Dr. Kabat (Arzt und Neurophysiologe) begründet wurde.

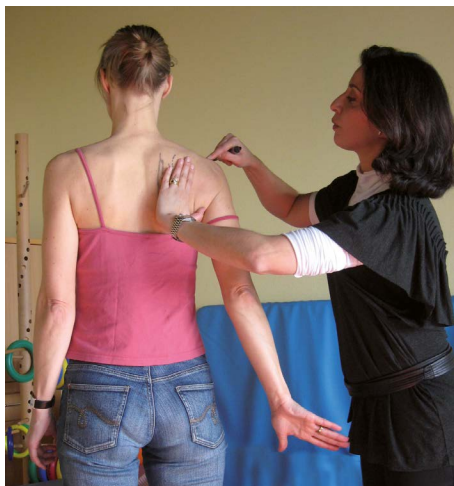
Große Befürworterinnen waren Margareth Knott und Dorothy E. Voss.

Die Entwicklung des Behandlungskonzeptes erfolgte in Zusammenarbeit von M. Knott und Dr. Kabat.

Frau Knott und Herr Dr. Kabat analysierten Bewegungen bei Sportlern und fanden heraus, dass physiologische Bewegungen immer dreidimensional sind. Dies bedeutet, dass jede unserer Bewegungen eine Komponente von Flexion/Extension/Abduktion/Adduktion und Rotation beinhaltet.

Für den Einsatz in der Ergotherapie ist es wesentlich, das Wiedererlernen von Funktionen in einen größeren Zusammenhang zu stellen. Der Wiederaufbau der Muskulatur muss in speziellen funktionellen Aktivitäten trainiert werden.

Von großer Bedeutung ist die Umsetzung des vorbereitenden Trainings in die Alltagssituation.



## Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF) für Ergotherapeuten

### Teil 1: Basis 1 Level 1 A

**Zeit:** 21.2.2022 – 25.2.2022

- Inhalte u. a.:**
- Prinzipien/Techniken
  - Befundung/Behandlung von orthopädischen, neurologischen und querschnittgelähmten Patienten
  - Behandlungsplanung
  - Anwendung in ADL-Aktivitäten
  - Demonstrationen mit Patienten

### Teil 2: Basis 1 Level 1 B

**Zeit:** 14.11.2022 – 18.11.2022

- Inhalte u. a.:**
- Skapula/Becken Pattern
  - Kopf/Nacken Pattern
  - Techniken zur Verstärkung und Stabilität sowie zur Tonusregulierung
  - Befundung/Behandlung von orthopädischen, neurologischen und querschnittgelähmten Patienten
  - Anwendung von PNF zur Verbesserung der Funktionen der oberen Extremität

**Leitung:** Christiane Goldschmidt  
Ergotherapeutin, Hamburg  
(national und international ausgebildet u. a. seit 1997 von Beverly Myers  
MHPE, OTR/L, CHT, Chicago)

**Assistenz:** Dagmar Schultz  
Ergotherapeutin, Hamburg

**Voraussetzung:** 1 Jahr Berufserfahrung

**Ort:** BG Klinikum Hamburg

### Anmeldeschluss:

Anmeldungen bitte bis zum 21.1.2022 bzw. bis zum 14.10.2022 für Teil 2 über

[veranstaltungen@bgk-hamburg.de](mailto:veranstaltungen@bgk-hamburg.de)

Die Vergabe der Kursplätze geschieht nach Eingangsdatum der Anmeldeformulare.

**Kosten:** 1000,00 €  
inkl. Kursmaterial, Mittagessen und Pausengetränken

Teil 1 oder Teil 2 auf Anfrage ggf. einzeln buchbar

Für Teil 1 betragen die Kosten 500,00 €.

Für Teil 2 betragen die Kosten 600,00 €.

### Kontakt:

Telefon: 040 7306-1348

Telefax: 040 7306-1706

E-mail: [veranstaltungen@bgk-hamburg.de](mailto:veranstaltungen@bgk-hamburg.de)

*Auf der Veranstaltung gelten die allgemeinen Hygiene-, Abstands- und Kontaktregeln (Hamburgische SARS-CoV-2-Eindämmungsverordnung – HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO*

*Die aktuelle Entwicklung der Corona-Infektionszahlen wird maßgeblich für die Durchführung der Veranstaltung entscheidend sein.*

*Wir bitten um Ihr Verständnis.*