

## Temadag

# Træningsindsatser til børn med CP

Det anbefales at børn og unge er aktive mindst 60 minutter om dagen - og minimum to gange om ugen fremmer og vedligeholder deres kondition, muskelstyrke, bevægelighed og knoglesundhed. Anbefalingerne gælder også for børn og unge med cerebral parese.

Institut for Kommunikation og Handicap (IKH) og CPOP-I (Opfølgingsprogram og Indsatser for cerebral parese) inviterer til temadag om styrketræning, muskeludholdenhedstræning og konditionstræning i de fysioterapeutiske indsatser til at vedligeholde og fremme grovmotorisk funktion hos børn med cerebral parese.

Børnefysioterapeut, Ph.d. Olaf Verschuren fra Holland vil holde oplæg om, hvordan vi bedst implementerer forskellige træningsindsatser. Desuden afholdes tre workshops, hvor deltagerne får mulighed for i mindre gruppe at lære om test af kondition med shuttle-run test (Bib-test), brug af pulsar til konditionstræning og høre om IKHs erfaringer med implementering af styrketræning



### Program for dagen

9.00	Velkomst
9.05	Oplæg i Plenum v. Olaf Versuchen
10.30	Pause
11.00	Oplæg i Plenum v. Olaf Versuchen
12.00	Frokost
12.45	Workshops
14.30	Pause
15.00	Oplæg i Plenum v. Olaf Versuchen
15.50	Afslutning

### Praktiske oplysninger

- Tid:** Mandag den 22. august 2011 fra kl. 9.00 til 16.00.  
**Sted:** Marselisborg Centret, PP. Ørumsgade 9-11, 8000 Århus C  
**Pris:** 650 kr. inkl. kaffe/brød samt frokost  
**Tilmelding:** Senest den 1. juli 2011 pr. mail til [helle@cpop.dk](mailto:helle@cpop.dk)  
Der er begrænset antal pladser, som tildeles efter "Først til Mølle princippet".  
Ergoterapeuter kan optages, hvis der er ledige pladser.
- Målgruppe:** Fysioterapeuter der arbejder med børn og unge med cerebral parese.  
**Undervisere:** Olaf Verschuren, Børnefysioterapeut, Ph.d., Revalidatiecentrum De Hoogstraat, Holland  
**Planlægning:** Annette Sandahl Christiansen ([Annette.S.Christensen@ps.rm.dk](mailto:Annette.S.Christensen@ps.rm.dk))  
Helle Mätzke Rasmussen ([helle@cpop.dk](mailto:helle@cpop.dk))