

Sturzprophylaxe mit Bewegung und Spaß | Refresher | 8 FP



Mit zunehmendem Alter und bei körperlichen und geistigen Erkrankungen oder Behinderungen lassen das Gleichgewicht und die Reaktionsfähigkeit des Menschen nach, was unter anderem zu einem erhöhten Sturzrisiko führt.

Die Förderung der Balance, der Bewegungssicherheit, der Beweglichkeit, der Kraft, der Kondition, der Konzentration und die „Konfrontation mit Störungen im geschützten Rahmen“ können die Anzahl der Stürze und deren Folgen verringern.

Inhalte und Themen: In diesem Seminar geht es um

1. Erfahrungsaustausch bei der Sturzprophylaxe. Denn Probleme ergeben sich bei ...

- a. den Betroffenen selbst (eigentlich bei jedem Menschen, jeder hat ein steigendes Sturzrisiko, nur kaum jemand will es so wahrhaben)
- b. im sozialen Umfeld (Rollator genügt; bleib sitzen, dann passiert Dir nichts)
- c. in Institutionen (wir haben genug Handläufe eingerichtet, es ist alles barrierefrei)
- d. „Beratern“ (nehmen Sie gegen Schwindel dieses Medikament, fahren Sie lieber Fahrstuhl, strengen Sie sich bloß nicht an, ...)

2. Erweiterungen des Übungsangebotes

3. Eure Erfahrungen und Austausch von Problemlösungen

4. Neue Erkenntnisse aus Wissenschaft und Forschung.

Nach diesem Seminar werdet Ihr mit neuen Ideen und neuem Schwung die Therapien und/oder Kurse leiten.

Leitung	Friederike Ziganek-Soehlke Sportwissenschaftlerin und Dipl. Fach-Sportlehrerin für Prävention und Rehabilitation; Kathrin Dietrich Physiotherapeutin, Dozentin im Bereich Demenz und Sturzprophylaxe
Kursgebühr	180,00 €
Beginn	30.09.2026
Ende	30.09.2026
Kurszeiten	Mi. 30.09., 10:00 - 18:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	8