

# Sturzprophylaxe mit Bewegung und Spaß | Aufbaukurs | 15 FP



Je früher man seine Gleichgewichtsfähigkeiten schult und je geübter die Motorik ist bzw. bleibt, desto glimpflicher können die Folgen eines Sturzes verlaufen.

Das gilt für Alle, ein Leben lang, besonders für Ältere, die selbständig leben. Wir zeigen Basics, die helfen, das individuelle Sturzrisiko frühzeitig niedrig zu halten. Der Weg ist Motivation samt Abbau von Hemmungen.

Die Inhalte sind anwendbar in Rehakliniken, speziellen Kursen, Sportvereinen, Seniorenzentren u. ä. Einrichtungen.

Dieser Kurs ist Teil der Ausbildung zum „**Bewegungstherapeuten für Senioren und in der Geriatrie**“ nach dem IMUDA-Konzept.

## Ausbildungsaufbau:

Sturzprophylaxe durch Bewegungsschulung | Grundkurs

Sturzprophylaxe durch Bewegungsschulung | Aufbaukurs

Gedächtnistraining durch Bewegung

## Themen des Kurses:

- Weitere praktische Anregungen im Bereich: Gleichgewicht, Koordination, Kraft, Wahrnehmung
- Motivationsförderung durch Erhaltung der Kommunikationsfähigkeit und der sozialen Teilhabe
- Abbau von Angst, Aufbau von Vertrauen
- Methodisch-didaktischer Aufbau einer StuBS-Gruppe
- Einführung in das StuBS-Konzept
- Bewegungsspiele und Einzelübungen in unterschiedlichen Leistungsniveaus
- Anwendung motorischer standardisierter Testverfahren

## Voraussetzung:

Teilnahme an „Sturzprophylaxe in der Physiotherapie | Grundkurs“

## Siehe auch:

Sturzprophylaxe in der Physiotherapie | Grundkurs

Gedächtnistraining durch Bewegung

<b>Leitung</b>	Friederike Ziganek-Soehlke   Sportwissenschaftlerin und Dipl. Fach-Sportlehrerin für Prävention und Rehabilitation; Kathrin Dietrich   Physiotherapeutin, Dozentin im Bereich Demenz und Sturzprophylaxe
<b>Kursgebühr</b>	260,00 € inkl. Skript
<b>Beginn</b>	08.03.2025
<b>Ende</b>	09.03.2025
<b>Kurszeiten</b>	Sa. 08.03., 15:00 - 19:00 Uhr So. 09.03., 09:00 - 17:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten
<b>Fortbildungspunkte</b>	15