

# 413/2024: Sturzprophylaxe: Wirksames Training, das Freude macht



## Zielgruppe

Mitarbeitende in Pflege und Betreuung sowie Interessierte

## ReferentInnen

Katharina Grübler Dozentin für Gesundheitsberufe, Heilpraktikerin für Physiotherapie

## Termine

06.06.2024 - 07.06.2024

## Leitung / Organisation

Maria Ziesche / Karin Friedrich

## Kursgebühren

345 €

## Uhrzeit

9.00 - 16.15 Uhr

## Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter [www.diakademie.de](http://www.diakademie.de)

## Kursgebühren für Mitglieder

270 €

## Ort

Diakonische Akademie für Fort- und Weiterbildung e.V.  
Bahnhofstr. 9  
01468 Moritzburg

## Informationen

Tel.: 035207 - 843 50

## Bemerkungen zu den Kosten

## Beschreibung

Stürze gelten als eine der häufigsten Ursachen für die Pflegebedürftigkeit älterer Menschen. Der Körper funktioniert nach einem Sturz häufig nicht mehr so wie davor. Es kommt zu Bewegungseinschränkungen. Das Vertrauen in die eigene Mobilität geht verloren.

Wie kann es Pflege- und Betreuungskräften gelingen, die Mobilität älterer Menschen zu erhalten und zu fördern?

Lernergebnisse:

Die Teilnehmenden verstehen das veränderte Gangbild älterer Menschen. Sie erarbeiten und erproben gemeinsam gezielte Übungen zur Sturzprävention und sind in der Lage das Erlernte in den Alltag zu integrieren.

## Schwerpunkte

- verändertes Gangbild des alten Menschen
- Aufbau und Ablauf einer Übungsstunde
- Moderation und Musikeinsatz
- Fußgymnastik und Sensibilitätsschulung
- Gleichgewichts- und Stabilitätsübungen im Sitz, Stand und Gang
- Gangschule mit und ohne Gehhilfen
- Tipps zur fachgerechten Nutzung verschiedener Gehhilfen
- Selbsterfahrung mit Erarbeitung und Durchführung von Übungen zur Minimierung des Sturzrisikos

---

Die Weiterbildung ist geeignet als Aufbauseminar für zusätzliche Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI und nach §§ 39, 45b SGB XI i.V.m. 113 Abs. 1 SGB XI (gemäß der RL nach § 53b SGB XI).

## Zugangsvoraussetzungen

## Bemerkungen

Bitte folgendes mitbringen: bequeme Kleidung, 1 Wischtuch, dicke Socken, großes Handtuch, dicke Socken, 1 alte Tageszeitung, 1 alte Strumpfhose, 1 x Milchreis (Körner), wer hat Igelball, Igelrolle, wer hat sein persönliches Aromaöl, natürliches Öl, wer hat Pinsel/Kosmetikpinsel, Schwamm, Federn, 1 Seil, wer hat Gymnastikmatte, Buntstifte