

Mobil bleiben durch Sturzprävention I+II – DTB-Bewegungsexpert*in in der Pflege

Derzeit ereignen sich in Deutschland jedes Jahr zwischen vier und fünf Millionen Stürze von älteren Menschen. Etwa jeder zweite Bewohner eines Seniorenheims stürzt mindestens einmal im Jahr. Stürze und ihre Folgeerscheinungen sind einschneidende Ereignisse für den älteren Menschen, verbunden mit einem hohen Risiko des Verlusts der Selbstständigkeit. Dabei brechen häufig nicht nur Knochen, sondern auch das Selbstvertrauen mit den Folgen eines sozialen Rückzugs und einer Isolation.

Die Fortbildung ist in zwei Teile gegliedert: Beschreibung Teil I & Teil II siehe Seite 2

Termin:	07. Juli 2024
Teilnehmer:	Übungsleiter*-, Trainer*innen
Voraussetzungen:	Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-/Trainer*innen-Lizenz / oder professionelle sportfachliche Ausbildung / Studium (u.a. Physio- / Ergotherapeut*innen, Alten- / , Krankenpfleger*innen, Betreuungskräfte gemäß §§ 43b, 53c SGB XI)
Abschluss:	Teilnahmebescheinigung
Verlängerung von:	ÜL-Lizenz C + B / sowie zur Verlängerung eines entsprechenden DTB-Akademie Zertifikates anerkannt
Weiterbildungsumfang:	2x 4 Lerneinheiten (2 x 0,1 ECTS)
Referent/in	DTB Referentin Antje Hammes
Ort:	36396 Steinau an der Straße / Halle am Schloss / Schloßstraße 22
Gebühren:	120,- € regulärer Preis ohne Verpflegung, Bestellung möglich ohne Übernachtung, auf Anfrage möglich
Anmeldeschluss:	17.06.2024
Information:	DTB-AKADEMIE HESSEN DTB-Akademie-Team - Antje Hammes Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt am Main Tel.: 069 / 678 01-189/134 / Fax: 069 / 678 01-179 E-Mail: dtb-akademie@dtb-online.de
Anmeldung & Information oder direkt über das / die	über die Homepage des TG-Kinzig https://www.tg-kinzig.de/ausbildung-und-fortbildung/
DTB-Gymnet:	https://events.dtb-gymnet.de/index.php?q=eventdetails&evsuEventID=58333
DTB-Akademie:	https://dtb-akademie.de/dtb/ausbildung-fuer-aeltere/ausbildungen-aeltere/dtb-bewegungsexperte-der-altenpflege
Informationen:	Ursula Steinau, Ahornweg 27, 36381 Schlüchtern
vor Ort:	Tel.: 06661 6871 / E-Mail: TG-Kinzig.usteinau@gmx.de (nur Info - keine Anmeldung)



Mobil bleiben durch Sturzprävention I+II – DTB-Bewegungsexpert*in in der Pflege

Teil I: Mit dieser Weiterbildung wird aufgezeigt, wie in einem Gruppentraining das Thema Sturzprävention auf Basis des Ulmer Modells umgesetzt werden kann. Der Schwerpunkt liegt auf Übungen für die Kraft, die Balance und die Gehfähigkeit. Die Übungen richten sich an Personen mit moderatem Sturzrisiko, welche mit oder ohne Hilfsmittel noch geh- und stehfähig sind.

Inhalte:

- Basiswissen zum Thema Sturzrisiko
- Einführung von einfachen Tests
- Einsatz von Hilfsmitteln
- Übungen zum Thema Gehtraining, Kraft und Gleichgewicht und Transferübungen
- Modellstunde
- Organisatorische Rahmenbedingungen

Teil II: Menschen mit starkem körperlichen Abbau oder zusätzlichen Erkrankungen wie Morbus Parkinson, Schlaganfall oder Schwindel, haben ein besonders hohes Risiko zu stürzen. Ein Gruppentraining ist dann meist nicht mehr möglich. Um auch bei diesen Personen ein gewisses Maß an Selbständigkeit zu erhalten, ist es notwendig, in ganz kleinen Gruppen oder in Einzelbetreuung die Übungen anzuleiten und den nötigen Rahmen zu schaffen.

Inhalte:

- Basiswissen zum Thema Sturz u. Menschen mit hohem Sturzrisiko, Besonderheiten u. Bedürfnissen
- Sicherungsmaßnahmen
- kurze Bewegungssequenzen zum Thema Kraft, Gleichgewicht
- Umgang mit Ängsten
- Organisatorische Rahmenbedingungen
- Übungen zur Orientierungsfähigkeit Konzentration im Kontext von Alltagssituationen.

Diese Fortbildung

stellt zwei Wahlmodule der Weiterbildung zum/zur DTB-Bewegungsexpert*in in der Pflege - das Angebot für Pflege- und Senioren-Einrichtungen zur Umsetzung des aktuellen Expertenstandards Mobilität - dar. Die Weiterbildung beschäftigt sich mit weiteren Themen wie z. B. Bewegungsförderung bei Demenz, Gehirntraining durch Bewegung, Aktivierung im Liegen und Sitzen, u.v.m. Die Module sind einzeln wähl- und kombinierbar.

Die gesamte Weiterbildung zum/zur DTB-Bewegungsexpert*in schließt mit einem Zertifikat ab. Der/Die zertifizierte DTB-Bewegungsexpert*in in der Pflege (32 LE) wird nach dem Besuch des Basismoduls und mindestens sieben weiteren Modulen ausgestellt und ist unbegrenzt gültig.