

Die Förderung von Alltagsbewegung ist insbesondere für ältere Menschen von Bedeutung. Dadurch kann die Selbstständigkeit unterstützt und ein längerer Verbleib in der eigenen Häuslichkeit sowie die Teilhabe an sozialen Aktivitäten ermöglicht werden. Bei bestehenden Einschränkungen und Pflegebedürftigkeit geht es um den Erhalt noch vorhandener Fähigkeiten, die Verhinderung des Fortschreitens von Mobilitätsverlust und die Vermeidung sozialer Isolation.

Es gibt bereits eine Vielzahl von Ansätzen und Aktivitäten im vorpflegerischen und pflegerischen Bereich, die sich dem Thema Bewegungsförderung widmen: von speziellen Sport- und Bewegungsangeboten über Kinästhetik bis zur Sturzprophylaxe. Weiterhin soll die Alltagsbewegung unterstützt werden.

Um Menschen über bestehende Angebote zu informieren und sie zu mehr Bewegung zu motivieren, sind unterschiedliche Zugänge notwendig. Dies kann beispielsweise in den unterschiedlichen Formen der Beratung, der Überleitung oder präventiven Hausbesuchen erfolgen.

Im Rahmen dieses Fachtages möchten wir verschiedene Angebote darstellen und Möglichkeiten der Vernetzung und des Ausbaus dieser Aktivitäten diskutieren.

Die Veranstaltung richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Pflege, Prävention, Beratung, Weiterbildung, Altenhilfe, des Sports und andere interessierte Multiplikatorinnen und Multiplikatoren.

[Programmflyer als PDF](#)

PROGRAMM

09:30 | Anmeldung und Stehkafee

10:00 | Begrüßung

Sabine Hillmann und Tania-Aletta Schmidt, Zentrum für Bewegungsförderung Nord

10:15 | Stabilität im Alltag braucht Bewegung, ein Thema für die Pflege?

Philipp Störtzel, Trainer Kinaesthetics; Casemanager Asklepios Klinik Barmbek, Hamburg

10:45 | Qualifizierungsangebote im pflegerischen Bereich

N.N., Niedersächsischer Turnerbund

11:15 | Kaffeepause

11:45 | Zugänge schaffen - Wie erreiche ich die Zielgruppe?

Moderierter Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden

12:30 | Mittagspause

13:30 | Arbeitsgruppen

AG1: Bewegungskompetenz lernen, wie geht das?

Philipp Störtzel, Trainer Kinaesthetics; Casemanager Asklepios Klinik Barmbek, Hamburg

AG 2: Zugänge schaffen: Wie und durch wen können Pflegebedürftige und deren Angehörige erreicht werden?

Cordula Bolz, Kompetenzzentrum Demenz, Pflegezentrum Heinemanhof, Stadt Hannover

AG 3: Praxisbeispiele zum Gleichgewichtstraining im Rahmen der Sturzprävention

Klaus Gebauer, Sportpädagoge, AOK- Die Gesundheitskasse für Niedersachsen

AG 4: Vernetzungsmöglichkeiten und Qualifizierung im pflegerischen Bereich

N.N. Niedersächsischer Turnerbund

15:00 | Kurzvorstellung der Ergebnisse

15:30 | Ende der Veranstaltung

Es werden **5** Fortbildungspunkte für beruflich Pflegende vergeben.
Erstregistrierung erforderlich! Information unter www.regbp.de

Internet: www.gesundheit-nds.de oder www.bewegung-im-norden.de