



Leitung

Stefanie Helsper
Ergotherapeutin
und Referentin



Weitere Lizenzen:
Fachergotherapeutin für
Demenz (DEMERGO),
Gedächtnistrainerin (BVGT),
Bewegungstherapeutin in
der Geriatrie (IMUDA)

Therapeutische Arbeit:
Leitung Sozialer Dienst im Seniorenheim und Praxistätigkeit,
Schwerpunkt mit Menschen mit Demenz

Lehrtätigkeit:
an Altenpflegeschulen, Schule für Ergotherapie, Fortbildungs-
instituten (Fortbildung mal Anders, Caritasakademie, Singlie-
sel,...), Besitzerin eines eigenen Fortbildungsinstitutes

Wissenschaftliche Arbeit:
Autorin des Buches: Kompakte Formulierungshilfen für die
Dokumentation

Aus- und Fortbildungsveranstaltungen:
für Ergotherapeuten, Betreuungskräfte und Pflegekräfte in
den Themen: Kommunikation mit MmD, Biografiearbeit, Ba-
sale Aktivierung von MmD, Sitzgymnastik und Sitztanz, Ge-
dächtnistraining, kreative Gestaltung und Werken mit MmD,
Sturzprophylaxe (STABS) im Alter mit Bewegung und Spaß.

Über IMUDA

IMUDA unterstützt mit zertifizierten Kursen alle, die Senioren und Hochbetagte lebhaft und engagiert in Bewegung bringen und dadurch Körper, Geist und Seele variantenreich aktiv halten möchten.

Wir streben danach, die Selbstständigkeit bestmöglich zu bewahren und zu ermöglichen. Unsere Rundum-Konzepte sorgen in jeder Hinsicht für mehr Mobilität:

- Sturzprophylaxe
- Gedächtnistraining
- Demenz
- Schlaganfall
- Rollator-Aktiv-Training
- Tanzen in der Therapie

Damit noch mehr Senior*innen ein aktives, gesundes Leben im Alter genießen können, haben wir unser erfolgreiches Konzept **StuBS** für Alltagsbegleiter und Betreuungskräfte neu entwickelt.

Der **STABS** vereint die besten Elemente vom **StuBS** und **GriBS** miteinander, sodass auch Sie Sturzprophylaxe und Aktivierung in Ihrer Arbeit integrieren können.

Übrigens: Wir bieten Ausbildungen, Fortbildungen und Inhouse-Schulungen an.



Kontakt

IMUDA – Institut für Mobilität und Dialog im Alter GbR
Siemshofer Kirchstr. 6B / 32584 Löhne
Telefon: +49 5732 730697
E-Mail: mail@imuda.de
Web: www.imuda.de

Sturzprophylaxe im Alter mit Bewegung & Spaß:
Ein Bewegungsprogramm für Senioren in
Pflegeeinrichtungen



Die Situation

Die meisten Stürze von Senioren passieren, wenn sie schon in einer Pflegeeinrichtung für Ältere sind und sie haben oft weit reichende Folgen. Um Stürze zu verhindern, ist Bewegung die beste Prävention und Prophylaxe. Bewegung und Mobilität fördern die Selbstständigkeit im Alter, die Teilhabe am sozialen Leben, die Lebensfreude und die Gesundheit.

Unser Sturzprophylaxe-Konzept in Altenpflegeeinrichtungen

Das Bewegungsprogramm STABS vermittelt Betreuungskräften in einem zweitägigen Seminar mit viel Spaß, wie sie eine Gruppe für Sturzprophylaxe in solchen Pflegeeinrichtungen strukturiert leiten können. Dabei lernen die Teilnehmer viele effektive und nachhaltige Bewegungsübungen zur Sturzprophylaxe, einschließlich des Handlings und der Methodik und Didaktik.

Ihr Nutzen

Die Teilnehmer unserer Fortbildung erhalten zusätzlich ein übersichtliches Übungsheft mit anschaulichen Zeichnungen und ausführlichen Beschreibungen. Dadurch können Sie sich die neu erlernten Übungen bei der Arbeit in den eigenen Gruppen leichter in Erinnerung rufen und den Spaß und die Freude den Zielen der Sturzprophylaxe entsprechend in die Gruppen bringen.

Anmeldung:

Über IMUDA-Partnerinstitut
"Fortbildung mit Herz" in Herborn, unter:

www.fortbildung-mit-herz.de
info@fortbildung-mit-herz.de

Zielgruppe dieser Fortbildung

- Alltagsbegleiter
- Betreuungskräfte

Fortbildungsinhalte

Die Dauer beträgt 16 UE an 2 Tagen.

Die Inhalte dieser Fortbildung sind unter anderem:

- ✓ Fundiertes Hintergrundwissen über Sturzprophylaxe mit Sturzrisiken, Auslöser und Folgen
- ✓ Ziele der Sturzprophylaxe
- ✓ Zusammenhänge und Bedeutung von Mobilität und Sturzprophylaxe
- ✓ Förderung von Mobilität, Kraft, Ausdauer, Kommunikation und soziale Teilhabe
- ✓ Methoden der Durchführung von Aktivitäten und kennenlernen von vielen Bewegungsübungen und Spielen

Übrigens:

Wir bieten auch Inhouse-Schulungen und kommen gerne zu Ihnen.

Weitere Infos:

Direkt bei IMUDA, unter:
www.imuda.de / mail@imuda.de

oder über IMUDA-Partnerinstitut
"Fortbildung mit Herz" in Herborn, unter:
www.fortbildung-mit-herz.de / info@fortbildung-mit-herz.de

Leitung

Kathrin Dietrich
Physiotherapeutin
und Referentin

Weitere Lizenzen:

Sturzpräventionstrainer (ZVK)
Bewegungstherapeut für Senioren
und in der Geriatrie
Fachtherapeut Demenz
Brügger-Therapeutin



Therapeutische Arbeit:

- Physiotherapeutische Praxistätigkeit in verschiedenen Orten, aktuell in Bad Oeynhausen.
- Leitung von StuBS- Gruppen und Sportgruppen mit Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen

Wissenschaftliche Arbeit:

- Mitarbeit bei der Studie „ Psycho-ökologische Aspekte bewegungswissenschaftlicher Intervention bei über 60-Jährigen, Universität Heidelberg
- Fachliche Beratung und Assistenz bei „So geht's weiter – Neurorehabilitation mit Bewegungsspielen in der Gruppe“ (Pflaum Verlag München, März 2002 , 165 S.)
- Fachliche Assistenz und Co-Autor bei „ StuBs – Sturzprophylaxe durch und mit Bewegungsschulung“ (Pflaum Verlag München, Dezember 2007, 312 S.)
- Fachliche Beratung und Mitarbeit im Projekt „Sport und Demenz“, weiterentwickelt zu „Was geht! Bewegung, Sport und Demenz“ (Initiator und Träger Verein Leben mit Demenz e.V., Minden)

Aus- und Fortbildungsveranstaltungen:

für Therapeuten, Sportwissenschaftler, etc. (in mehreren Medizinischen Fortbildungszentren). Themen: Sturzprophylaxe mit Bewegung und Spaß (StuBS 1&2), Gedächtnistraining mit Bewegung und Spaß (GriBS), Fachtherapeut Demenz, Rollator-aktiv