Trittsicher in die Zukunft - Programm zur Sturzprävention im ländlichen Raum - Brandenburg (Havel)

Lehrgangsnummer:	TSiZ-2504
Lerneinheiten:	37
Kosten:	0 € | Teilnahmebeitrag
Anmeldeschluss:	07.05.2025, 00:00 Uhr

Termine

10.05.2025, 11:00 - 18:00 Uhr

Ort:	Brandenburg an der Havel
Referent:in:	Michaela Gemüth

17.05.2025, 09:00 - 12:00 Uhr

Ort:	Online-Seminar über Zoom
Referent:in:	Michaela Kohler

Inhaltliche Schwerpunkte

Sicher mobil sein, selbstständig bleiben und im eigenen Zuhause wohnen - dies ist entscheidend für den Erhalt von Zufriedenheit und Lebensqualität, auch im Alter. Voraussetzung dafür ist, Erkrankungen sowie Stürzen oder Knochenbrüchen vorzubeugen. Besonders auf dem Land ist es aber oft schwierig, geeignete Angebote zu finden.
Genau hier setzt die Studie **"Trittsicher in die Zukunft"** an: spezielle Bewegungskurse, die zuhause vertieft werden können, gezielt für ältere Menschen im ländlichen Raum.**„Trittsicher in die Zukunft“** ist ein **neues, innovatives Kurskonzept im Bereich der Sturzprävention.** Das Ziel des Programms ist es, ältere Menschen darin zu unterstützen, ihre Selbstständigkeit zu erhalten und einen Zugang zur digitalen Teilhabe zu schaffen.
Zielgruppe der Studie: Inhaber:innen einer DOSB ÜL C-Lizenz, DOSB ÜL-B-Lizenz & Physiotherapeut:innen
Informationen zur Qualifizierung:
Insgesamt umfasst die Schulung zwölf Lerneinheiten. Außerdem gibt es ein Selbstlernmodul zur Sturzprävention (25 LE E-Learning). Wer die Zusatzqualifikation zur Sturzprävention bereits vorweisen kann, reicht sie bitte bei Anmeldung zur Schulung mit ein.

- E-Learningmodul im Selbststudium (25 LE)
- Präsenztermin (8 LE)
- Online-Meeting (4 LE)

Die drei Schulungsblöcke können nur im Gesamten absolviert werden. Erst nach dem erfolgreichen Abschluss aller drei Schulungsteile wird ein Zertifikat ausgestellt.
Voraussetzungen zur Teilnahme:

- **DOSB Übungsleitende C-Lizenz Breitensport (Erwachsene/Ältere)**
- **DOSB Übungsleitende B-Lizenz "Sport in der Prävention" (Lizenzstufe 2)** mit den Profilen " Allgemeines Gesundheitstraining", "Gesundheitstraining Haltungs- und Bewegungssystem", "Gesundheitstraining Herz-Kreislaufsystem" oder "Stressbewältigung/ Entspannung" sowie der Zusatzqualifikation "Sturzprävention" (Diese Zusatzqualifikation kann im Rahmen der dreiteiligen Schulung erworben werden)
- oder ein **examinierter Berufsabschluss in einem bewegungsaffinen Beruf** (beispielsweise staatlich geprüfte*r Physiotherapeut*in)
- oder eine **Anerkennung bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) für das Handlungsprinzip Bewegungsgewohnheiten** „Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch

geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme" (ggf. prüfen lassen).
- auch **Personen in Ausbildung für eine der oben genannten Qualifikationen** sind zugelassen.

Wenn obenstehende Qualifikationskriterien nicht auf Sie zutreffen, Sie aber der Meinung sind, dass Sie geeignet sind, Sturzpräventionskurse durchzuführen und Lust haben an der Studie teilzunehmen, wenden Sie sich bitte an trittsicher@rbk.de um die Möglichkeiten zu besprechen.
Die Qualifizierungsnachweise sind mit Anmeldung an kundenservice@esab-brandenburg.de zu senden.
Teilnahme an der Studie:
Die Teilnahme an der Studie ***ist verpflichtend***, Nachweise sind nach Anmeldung einzureichen.

- Teilnahmeerklärung (PDF)
- Probandeninformation (PDF)

Anerkennung zur Lizenzverlängerung:

- 12 Lerneinheiten und ggfls. 25 LE „Sturzprävention“ werden für DOSB Übungsleiter:in B „Sport in der Prävention“ anerkannt (ggfls. bei den ausstellenden Verbänden nachfragen)

Weitere Informationen zum Programm:

- Informationen zur Studie
- Homepage: Trittsicher in die Zukunft

Hinweis

Ihre Vorteile :

- **Kostenfreie Schulung im Rahmen einer Studie**
- **inkl. Zusatzqualifikation Sturzprävention (25 LE)** über E-Learning-Tool (Selbstlernmodul)
- Neues, innovatives Kurskonzept im Bereich Sturzprävention
- Einstiegsmöglichkeit in digitale Bewegungskurse
- Erweiterung des Kursangebots für ältere Menschen
- Notwendige Kursunterlagen/ -materialien werden gestellt
- Nachhaltiges Kursangebot: Nach abgeschlossener Evaluation bundesweite Implementierung des Präventionskurses nach § 20 Abs. 1 SGB

Auf der Homepage finden Sie noch weitere Informationen:

- Trittsicher in die Zukunft (zukunft-trittsicher.de)

Dieses Programm ist in Zusammenarbeit zwischen dem Deutschen Turner-Bund (DTB), dem Robert-Bosch-Krankenhause, der SVLFG (Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau) und dem Deutschen Olympischen Sportbund entwickelt worden.
Es baut auf das Vorgängerprojekt "Trittsicher durchs Leben" auf, welches heute als ein standardisiertes Programm im Rahmen von Sport Pro Gesundheit und der ZPP anerkannt wird.
Es ist eine unkomplizierte Abrechnung direkt mit der SVLFG möglich.
Die Zertifizierung durch die ZPP wird angestrebt, derzeit ist der Kurs jedoch noch nicht zertifiziert. Der Bewegungskurs wird verortete im Handlungsfeld Bewegung des Präventionsprinzips 2. Die drei Schulungsteile können nur im Gesamten absolviert werden. Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du deine Teilnahmebestätigung bzw. dein Zertifikat. Alles muss abgeschlossen werden, um die Zertifikate zu erhalten.

Veranstalter

Europäische Sportakademie Land Brandenburg (ESAB)

ESAB Referat Bildung
Olympischer Weg 7, 14471 Potsdam
Tel.: 0331 – 585 67 320
e: kundenservice@esab-brandenburg.de
>>> Es gelten die aktuellen **AGBs der ESAB (PDF)**