Gesundheitssportabend "Sport & Demenz"

Lehrgangsnummer:	2026-GSA-SuD
Lerneinheiten:	4
Träger:	Landessportbund Brandenburg e.V.
Kosten:	25 € | Vereinsmitglieder LSB BRB
	35 € | Nichtmitglieder LSB BRB
Anmeldeschluss:	07.06.2026, 12:00 Uhr
Stornofrist:	04.03.2026

Termin

11.06.2026, 17:00 - 21:00 Uhr

Ort:	Landessportbund Brandenburg e.V.
	Olympischer Weg 7 (Haus des Sports), 14471 Potsdam

Inhaltliche Schwerpunkte

Körperlich und geistig fit – Wie schützt Sport vor oder bei Demenz?
Demenz betrifft viele – doch Bewegung kann ein kraftvoller Schlüssel sein, um vorzubeugen und Lebensqualität zu erhalten. In dieser Fortbildung tauchst du in ein hochrelevantes Thema ein und erfährst, wie du als Übungsleiter:in, Trainer:in oder Engagierte:r aktiv unterstützen kannst. Du lernst, frühe Anzeichen zu erkennen, sensibel zu handeln und Sportangebote so zu gestalten, dass sie stärken statt überfordern.
Dabei geht es nicht nur um Wissen, sondern um echte Handlungskompetenz: Du wirst zum/zur Multiplikator:in, der/die Impulse setzt, Menschen verbindet und Bewegung als Brücke gegen Einsamkeit und kognitive Einschränkungen nutzt. **Praxisnah, verständlich und inspirierend** – damit du direkt etwas bewegen kannst.
Das erwartet dich

- Grundlagen zu Demenz: Ursachen, Krankheitsbilder und Diagnose verständlich erklärt
- Frühe Symptome erkennen und sicher einordnen
- Bewegung als Prävention: Wie Sport das Gehirn schützt und aktiviert
- Praxisimpulse aus Sportvereinen – von „Train the Brain“ bis Gruppengestaltung
- Sensibler Umgang mit Betroffenen und Vermittlung von Unterstützungsangeboten

>>> PROGRAMM
Dein Nutzen

- Du gewinnst Sicherheit im Umgang mit dem Thema Demenz im Sportkontext
- Du erweiterst dein Repertoire um konkrete Übungen und Methoden
- Du stärkst deine Rolle als Multiplikator:in in Verein, Bildung oder Betreuung
- Du kannst Angebote inklusiver und zukunftsfähiger gestalten
- Du setzt wichtige Impulse gegen Einsamkeit und für mehr Lebensqualität

Für wen ist diese Fortbildung gedacht?
Diese Fortbildung richtet sich besonders an Übungsleitende, Trainer:innen, sowie Fachkräfte aus den (Demenz-)Beratungsstellen und Pflegestützpunkt-Mitarbeitende. Auch Angehörige von Betroffenen und alle, die sich für die Verbindung von Sport, Gesundheit und gesellschaftlicher Teilhabe interessieren, profitieren von dieser Veranstaltung.

Hinweis

- Die Veranstaltung wird mit 4 LE zur Lizenzverlängerung aller LSB-Übungsleiterlizenzen, bzw. -Zertifikate anerkannt.
- Es gelten die aktuellen AGBs der ESAB (PDF)

Veranstalter

Landessportbund Brandenburg e. V.
Olympischer Weg 7
14471 Potsdam
Tel.: (0331) 58 567 - 100