

Kostenfreie Online-Schulung **#BeActive in jedem Alter** für Pflegepersonal

Sehr geehrte Damen und Herren,

im Rahmen der Europäischen Woche des Sports möchten wir Menschen in jedem Alter für Bewegung begeistern. Die Woche findet vom 23. Bis 30. September statt und ist eine Initiative der EU gegen den Bewegungsmangel der Europäer*innen. In Deutschland wird die Kampagne vom Deutschen Turner-Bund koordiniert.

Mit der Europäischen Woche des Sports möchten wir Personen in allen Generationen und Lebenslagen erreichen – auch die Bewohner*innen von Altenheimen. Dabei benötigen wir Ihre Unterstützung. Wir bieten eine kostenfreie Online-Schulung **#BeActive in jedem Alter** für Ihre Mitarbeitenden an in der sie lernen, wie sie die Bewegung und Mobilität Ihre Bewohner*innen fördern.

Die erfahrene und qualifizierte Referentin Sandra Thome und Sportwissenschaftlerin Jessica Singh werden in 2 1/2 Stunden sowohl Theorie zu den Veränderungen im Alter, Risikofaktoren, typischen Erkrankungen im Alter (Diabetes mellitus, Herz-Kreislaufkrankungen und Krebs) und deren Prävention behandeln als auch praktische Übungen in Form eines Zirkeltrainings in Interaktion mit den Teilnehmenden durchführen. Die Übungen sind auf die Arbeit und die Bedürfnisse in stationären, teilstationären und ambulanten Altenpflegeeinrichtungen ausgelegt.

Termine: **28. September 2022 17 - 19:30 Uhr**
oder **30. September 2022 09:30 - 12 Uhr**

Den Link zur Online-Schulung erhalten die Teilnehmenden nach der Anmeldung. Es wird lediglich ein Laptop/PC mit einer stabilen Internetverbindung benötigt.

Anmeldung über das Online-Formular unter diesem [LINK](#)
oder über den abgebildeten QR-Code



Die Teilnehmenden bekommen im Anschluss an die Online-Schulung eine Teilnahmebescheinigung sowie ein Handout mit den theoretischen Grundlagen und praktischen Übungen. So können Sie die Bewegung in der Pflege durchführen und tragen zur Verbesserung der Mobilität Ihrer Pflegeheimbewohner*innen bei. Ganz nach dem Motto **#BeActive in jedem Alter**

Wir freuen uns über eine rege Teilnahme.
Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Katrin Jaenicke

und Jessica Singh

Europäische Woche des Sports

Projektleiterin für das Teilprojekt „Leben liebt Bewegung– Tu's für dich!"

Katrin.jaenicke@dtb.de

jessica.singh@dtb.de



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union



DTB 
DEUTSCHER TURNER-BUND

#BEACTIVE