

Sturzpräventionsprogramm für Menschen ab 50 – Erste DRK-Übungsleiterinnen qualifiziert

Die erste 20-köpfige Fortbildungsgruppe hat die Zusatzqualifizierung im Rahmen des Modellprojekts „Stürze verhindern - Sturzfolgen minimieren“ vom 23. bis 27. Februar 2007 erfolgreich abgeschlossen. Nach fünf arbeitsintensiven, abwechslungsreichen Seminartagen schafften es alle Teilnehmerinnen ihr Zertifikat zu erwerben. Mit diesem dürfen sie zukünftig das Sturzpräventionsprogramm auf Grundlage des Giessener Modells anbieten.

Überzeugt hat die Übungsleiterinnen die Kombination von körperlichem und geistigen Training. Hier sind Menschen ab der zweiten Lebenshälfte durchaus gefordert. Das Angebot richtet sich an „Jungsenioren“.

Dr. Nadja Schott leitete mit ihrer Doktorandin Ann-Kathrin Kurz das interessante und lehrreiche Seminarprogramm. Dr. Schott



Gezieltes, regelmäßiges Training ist die beste Sturzprävention. Im Februar wurden die ersten 20 Übungsleiterinnen im Rahmen des Modellprojektes „Stürze verhindern – Sturzfolgen minimieren“ ausgebildet.

Foto: Schott

oblag auch die Leitung des Forschungsprojektes an der Uni Giessen.

In den nächsten zwei Jahren sollen 80 der

hessischen Übungsleiterinnen und Übungsleiter in „Sturzprävention“ nach dem „Giessener Modell“ qualifiziert werden. Die Inhalte der Ausbildung umfassen eine theoretische und praktische Schulung mit den Schwerpunkten: Ursachen und mögliche Folgen von Stürzen, Risikofaktoren, Strategien zur Sturzprävention, Organisation und Umsetzung des Sturzpräventionsprogramms sowie praktisches Training. Es sollen in den nächsten zwei Jahren jeweils zwei 5-tägige Schulungen für je 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer angeboten werden. Während der Schulungen werden die hessischen Lehrberater hospitieren, damit sie nach Ablauf der Modellphase auf Grundlage dieses Konzepts selbst fortbilden können und das Programm weitergeführt werden kann.

B. Hohweiler/GiP



Am 22. November 2006 wurde im Landesverband das Modellprojekt Sturzprävention der Öffentlichkeit vorgestellt. Dabei überreichte die Share-Value Stiftung einen Scheck in Höhe von 34.555 Euro zur 2/3 Finanzierung an den Landesverband (v.li.): Walter Weispfenning – Stiftungsratsvorsitzender, Beate Hohweiler – Projektleitung DRK-LVH, Dr. Nadja Schott – Sportwiss. Institut der Uni Giessen, DRK-Präsidentin Hannelore Rönsch und Reiner Sachs – stv. Stiftungsratsvorsitzender.

Foto: Tappe

Ein Hinweis seitens der hessischen Landesseniorenvertretung, Ingrid Bernhammer, auf die interessanten Forschungsergebnisse des Sportwissenschaftlichen Instituts der Giessener Universität und die Tatsache, dass etwa ein Drittel aller über 65-jährigen jedes Jahr stürzen, wobei die Sturzwahrscheinlichkeit mit zunehmendem Alter steigt (ca. 40% der 80-jährigen) bestärkten den DRK-Landesverband dieses Projekt zu starten.

Das in Giessen entwickelte Trainingskonzept bildet die Grundlage für eine zweijährige Kooperationsvereinbarung zwischen dem DRK-Landesverband mit dem sportwissenschaftlichen Institut der Universität Giessen für ein Modellprojekt „Stürze verhindern - Sturzfolgen minimieren - ein Sturzpräventionsprogramm für

Senioren“. Die Zusatzqualifizierung basiert auf der abgeschlossenen DRK-Gymnastikübungsleiterinnenausbildung. Das Projekt wird im DRK-Landesverband Hessen von Beate Hohweiler (Referentin für Offene Altenarbeit) begleitet.

Zur Realisierung des Projekts konnte die Share-Value Stiftung gewonnen werden. Sie fördert mit einer 2/3-Finanzierung die Fortbildungen der zweijährigen Projektlaufzeit. Darüber hinaus bewilligte sie in 2007 eine 2/3-Finanzierung der Gerätegrundausrüstung für die Kreisverbände, so dass eine optimale Umsetzung ermöglicht wird.

Die Stiftung hat ihren Sitz in Frankfurt und fördert soziale Arbeit im Bereich der Jugend- und Altenhilfe und des öffentlichen Gesundheits- und Wohlfahrtswesens (www.share-value.de).