

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

Liebe Mitarbeitende des Alten- oder Pflegeheims,  
liebe pflegende Angehörige,

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 Alten-, Pflegeheimen.

Wir bieten Ihnen eine kostenfreie Online-Schulung **#BeActive in jedem Alter** an. Dabei werden Sie lernen, wie Sie Menschen mit Demenz oder Senior\*innen mit Gedächtnisproblemen aktivieren und beschäftigen können sowie die Mobilität Ihrer Bewohner\*innen fördern.

Die erfahrene und qualifizierte Referentin Sandra Thome wird in zweieinhalb Stunden sowohl Theorie zur Bewegung im Alter behandeln als auch praktische SINNVOLLE Übungen zur Aktivierung zeigen. Durch tägliches leichtes Training des Körpers und der Sinne wird dem Leben weiter Farbe gegeben. Dabei werden methodisch-didaktische Prinzipien praxisnah beigebracht. Die Übungen sind auf die Arbeit und die Bedürfnisse in stationären, teilstationären und ambulanten Altenpflegeeinrichtungen ausgelegt.

Termine: **21. September 2021 17:00 – 19:30 Uhr** oder  
**22. September 2021 09:30 – 12:00 Uhr**

Den Link zur Online-Schulung erhalten Sie nach der Anmeldung. Es bedarf keinem Download oder kostenpflichtige Anmeldung. Es wird dazu ein Laptop/PC/Tablet 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  
Europäische Woche des Sports  
[Katrin.jaenicke@dtb.de](mailto:Katrin.jaenicke@dtb.de)

Verena Heier  
Ältere/spezielle Zielgruppen  
[verena.heier@dtb.de](mailto:verena.heier@dtb.de)

