

DIE BEDEUTUNG DES KÖRPERLICHEN TRAININGS ALS PRÄVENTIONSMAßNAHME BEI MENSCHEN MIT DEMENZ

Termin: Samstag, 16. September 2023
Zeitplan: 09.00 Uhr – ca.17.00 Uhr
Ort: Hohenhewenhalle, Wettestraße 21,
78234 Engen-Welschingen
Ausrichter: TG Welschingen

Lehrgangsinhalt: Um möglichst lange selbständig zu bleiben, muss körperliche Aktivität und ein angepasstes, förderndes Bewegungstraining als ein zentrales Element und zukunftsfähiges Präventionsprogramm gesehen werden. Wie wichtig körperliches Training zur Prävention, auch bei bereits diagnostizierter Demenz ist, wird deutlich durch die Hintergrundinformationen, die Stefanie Wiloth aufzeigen kann.

Im Rahmen dieser Tagesfortbildung werden die einzelnen Elemente eines neuen demenzspezifischen Trainingskonzepts, das auf eine Verbesserung motorischer (Kraft, Balance), funktioneller (Gehen, Transferbewegungen) und motorisch-kognitiver (Dual-Task) Leistungen abzielt, in Theorie und Praxis vorgestellt.

- Warum geht Demenz mich etwas an?
- Was ist Demenz und was kann man dagegen tun?
- Welche Präventionsmaßnahmen gibt es?
- Welche Rolle spielt hierbei die körperliche Aktivität und der Sport?
- Wie hängen Bewegung und Denken eigentlich zusammen?
- Welche Trainingsprogramme gibt es und sind diese effektiv?

Referenten: Dr. Stefanie Wiloth, Uni Heidelberg
Teilnehmer: begrenzte Teilnehmerzahl
Meldeschluss: Sonntag, 10.09.2023
Anmeldung: Formular unter www.hbtg.de/termine
Kosten: 45,- €
Verantwortlich: Ehrfried Deschner, Anja Huber