

Samstag, 14. November 2026

Sturz & Sturzrisiko

Zeit	Thema	Inhalt
08.45-09.30	Einführung	Die Ätiologie und Bedeutung von Sturzprävention
09.30-10.15	Risikofaktorenanalyse	Risikofaktoren
Pause		
10.45-12.15	Kraft im Alter / Posturale Kontrolle	Vertiefte Kenntnisse zu altersbedingten Kraftveränderungen und posturaler Kontrolle erwerben.
Mittagspause		
13.15-14.45	Phys. Assessments Theorie & Praxis	Assessments wie Timed Up & Go, Berg Balance Scale, Chair Stand Test sicher durchführen und auswerten können.
Pause		
15.15-16.45	Kognition & Sturzrisiko	Zusammenhang Physisch/Kognition Merkmale kogn. Sturzrisiko

Sonntag, 15. November 2026

Sturzprävention

Zeit	Thema	Inhalt
08.45-10.15	Trainingspläne (Kraft & posturale Kontrolle)	Kraft-, Balance- und Gangtrainingspläne für post-TEP-Patient:innen erstellen.
Pause		
10.45-11.30	Dual Task / Motorisch-kognitives Training	Ein 30-minütiges motorisch-kognitives Training erstellen können.
11.30 - 12.15	Evidenzbasierte therapeutische Interventionen	Standardisierte Übungsprogramme kennenlernen (Otago, Wohnraum? ADL-Strategien? entwickeln.
Mittagspause		
13.15-14.45	Sturzangst	Sturzangst erkennen und therapeutische Maßnahmen ergreifen.
Pause		
15.15-16.45	Patient:innenedukation & Motivation	Geeignete Edukations- und Motivationsstrategien anwenden.