



Bundesinitiative
Sturzprävention



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386

4. Tagung der Bundesinitiative Sturzprävention 6.-7. Mai 2022 in Heidelberg

Trittsicher durchs Leben

Dr. Patrick Roigk, Karin Rupp & Hendrik Bernau

Robert-Bosch-Krankenhaus, Stuttgart

„Trittsicher durchs Leben“ ist ein Programm der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) in Zusammenarbeit mit dem Deutschen LandFrauenverband, dem Deutschen Turner-Bund und dem Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart. Das Programm wurde zwischen 2015 und 2017 in 5 Bundesländer implementiert und wissenschaftlich evaluiert. „Trittsicher“ beinhaltet drei Komponenten: (1.) „Trittsicher“-Bewegungskurse, (2.) Untersuchung der Knochengesundheit und (3.) Sicherheit rund um Haus und Hof.

Im Workshop erhalten die Teilnehmenden einen Überblick zur aktuellen Umsetzung des Programms und einen Einblick in die wissenschaftlichen Ergebnisse. Zudem werden Übungen der Trittsicher-Bewegungskurse inklusive der erstellten Heimtrainingsbroschüre vorgestellt. Darüber hinaus werden praktische Tipps zur Organisation von Bewegungskursen gegeben.



NETZWERK
ALTERNs-
FORSCHUNG



Gefördert von der



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

im Auftrag des Bundesministeriums der Gesundheit