

# Anmeldung

## zur Infoveranstaltung „Ausbildung zur ehrenamtlichen Bewegungsbegleiter\*in“

Name:

---

Straße, Hausnummer:

---

Ort:

---

Telefonnummer Festnetz:

---

ggf Handy:

---

E-Mail-Adresse:

---

Haben Sie Vorkenntnisse im Gesundheitsbereich oder in der Seniorenarbeit?  
(Dies ist **keine** Voraussetzung)

---

**Anmeldeschluss: 12.Oktober'21**



**für Interessierte im  
Bereich Seniorenarbeit  
und Gesundheit**



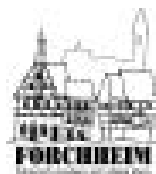
**Ausbildung zur/zum  
ehrenamtlichen  
Bewegungsbegleiter/in**

**Infoveranstaltung  
am Dienstag, 19. Oktober  
um 14.30 Uhr  
im Bürgerzentrum**

Ausbildung Teil 1: 6. November  
Ausbildung Teil 2: 13. November

jeweils 9.00 bis 15.30 Uhr

Gefördert vom:



Ist Ihnen Gesundheit wichtig?  
Haben Sie gerne Kontakt zu älteren Menschen?

Möchten Sie einen Beitrag leisten, dass Menschen im Alter fit und beweglich bleiben?

Dann lassen Sie sich zu einer ehrenamtlichen Bewegungsbegleiterin oder einem Bewegungsbegleiter ausbilden.

Nach der Schulung besuchen Sie im Stadtgebiet Forchheim Personen zu Hause und zeigen ihnen Übungen zur Sturzvorbeugung.



Senioren, die aktuell nicht in der Lage sind an Kursen zur Sturzvorbeugung außer Haus teilzunehmen, sollen zu Hause mit Hilfe von 10 Besuchen á 60 min und einem selbstständigen Training zwischen den Besuchen wieder fit gemacht werden. Ziel ist es, dass die Senioren sicherer laufen, die Angst vor einem Sturz reduzieren und wieder am sozialen Leben teilhaben können.

## Inhalte der Schulung:

- eigenes Erlernen von Übungen zur Sturzvorbeugung
- Wie vermittele ich diese Übungen?
- Vermeidung von Stolperfallen
- Umgang mit Sturzangst

## Anmeldeschluss:

Montag, 12. Oktober 2021

## Kontakt und Anmeldung:

Bürgerzentrum-Mehrgenerationenhaus  
Kathrin Reif  
Paul-Keller-Str.17  
91301 Forchheim  
Tel: 09191-6155287  
E-Mail: [k.reif@forchheim-nord.de](mailto:k.reif@forchheim-nord.de)

oder

Quartiersmanagement im  
neuen Katharinenspital  
Melanie Schneider  
Bamberger Str. 3-5  
91301 Forchheim  
Tel: 09191- 9783775  
E-Mail: [schneider@kvforchheim.brk.de](mailto:schneider@kvforchheim.brk.de)

## Fortbildung

**„Bewegungsbegleiter\*in“**

**Kosten:** 50,00 Euro

(incl. Getränken und Imbiss)

*Diese werden zurückerstattet, wenn Sie nach der Ausbildung als Ehrenamtliche,r zur Verfügung stehen.*

## Orte der Ausbildung:

Bürgerzentrum bzw.  
Neue Katharinenspital

## Leitung:

Kathrin Reif  
Melanie Schneider

## Referentinnen:

Fabiola Reges-Huber,  
Übungsleiterin zu Sturzvorsorge

Anja Schick, Krankenschwester