FACHTAG „BEWEGT ÄLTER WERDEN“

MIT SPORT UND BEWEGUNG BIS INS HOHE ALTER

Samstag, 25.10.2014

StadtSportBund Dortmund

Demenz-Servicezentrum Region Dortmund

Stadt Dortmund
Sozialamt

„Alles was wir im Alltag tun,
wird erst durch
Bewegung möglich!“

VORWORT

Sehr geehrte Damen und Herren,

ein hohes Alter heute zu erreichen, ist nicht mehr selten. Wie aber das hohe Alter erlebt wird, ist in einem starken Maße von der körperlichen und geistigen Fitness abhängig. Wissenschaftlich belegt ist, dass körperliche und geistige Aktivitäten das Wohlbefinden fördern – auch im hohen Alter – und einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung der Selbständigkeit leisten. Auch für Menschen mit körperlichen oder kognitiven Einschränkungen – z.B. (frühe) Demenzen - gilt, dass durch gezielte Bewegungsangebote, insbesondere in der Gruppe, das Selbstwertgefühl verbessert und die Lebensqualität deutlich gesteigert werden kann.

Damit stellt der demographische Wandel auch neue Herausforderungen an den Vereinssport und seine Kompetenzen. Sport und Bewegung für Hochaltrige und für Menschen mit bereits eingeschränkten Kompetenzen brauchen neue Angebotsstrukturen und die Mitwirkung möglichst vieler Akteure.

Mit dieser Fachtagung wollen wir in einem Netzwerk mit Sportvereinen, kommunalen, kirchlichen, sozialen und pflegerischen Einrichtungen in einen Austausch treten und bedarfsgerechte, neue Wege gehen.

In parallelen Workshops werden Erkenntnisse aus Wissenschaft, Forschung und Praxis vorgestellt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Ihr
Demenz-Servicezentrum NRW, Region Dortmund
&
StadtSportBund Dortmund e.V.

PROGRAMM

Ganztägig: Infostände

FACHTAG „BEWEGT ÄLTER WERDEN - MIT SPORT UND BEWEGUNG BIS INS HOHE ALTER“

Auftaktveranstaltung: Samstag, 25.10.2014 Dortmund, Wilhelm-Hansmann-Haus (Märkische Str. 21)

09:30 Uhr	**Einlass/Stehcafé**	
10:00 Uhr	**Begrüßung | Moderation**	**Reinhard Pohlmann** Stadt Dortmund, Sozialamt, Fachdienst für Senioren
	Grußwort	**Birgit Zoerner** Stadträtin der Stadt Dortmund
		Jörg Rüppel Vorstandsvorsitzender StadtSportBund Dortmund e.V.
		Frank Ortmann Sprecher Arbeitsgemeinschaft der Wohlfahrtspflege
10:30 Uhr	**Vortrag**	**Sport und Bewegung im Alter – aktueller Stand der Forschung und Herausforderungen für die Versorgung** Tim Fleiner Deutsche Sporthochschule Köln
11:05 Uhr	**Vortrag**	**Sport für Menschen mit Demenz – ein NRW-weites Projekt und seine Entwicklungen** Dieter Keuther Behindertensportverband NRW e.V.
11:40 Uhr	**Vortrag**	**„Was geht“?! – Welche Bedeutung hat der demographische Wandel für die Sportvereine – ein Beispiel aus Minden-Lübbecke** Hartmut Schilling Alzheimer Gesellschaft Kreis Minden-Lübbecke e.V. Olaf Wittkamp Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.
12:25 Uhr		**Mittagspause mit Imbiss**
13:00 Uhr	**Workshop**	**Phase I**
13:50 Uhr	**Workshop**	**Phase II**
14:45 Uhr	**Podiumsgespräch:**	**Fazit/Ausblick** **Wie geht es weiter in Dortmund?** Reinhard Pohlmann Leiter Fachdienst für Senioren
15:30 Uhr		Ende der Veranstaltung

SPORT UND BEWEGUNG FÜR ÄLTERE, HOCHBETAGTE UND MENSCHEN MIT DEMENZ

» 1 Eine Aufgabe von Kooperation und Vernetzung ACHTUNG! Dieser Workshop wird nur 1 x mit einer Länge von 90 min angeboten!

Moderator Hartmut Schilling | Alzheimer Gesellschaft Kreis Minden-Lübbecke e.V.

Inhalt Der Workshop ist eine Einladung zum Austausch darüber, wie durch Kooperation und Vernetzung der Aufbau von Sport- und Bewegungsangeboten gut gelingen kann. Im Mittelpunkt steht das Thema „Zusammenarbeit der Bereiche Sport und Demenz".

» 2 Wie erreichen wir die Zielgruppen und ihre Familien?

Moderatorin Ulrike Klepczynski | Lebenswert!

Inhalt Demenz ist oftmals noch ein Tabuthema. Familien mit einer demenzerkrankten Person suchen daher selten den Kontakt nach außen. Im Workshop erörtern wir, wie neue Zugänge durch Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit geschaffen werden können.

» 3 Tandemarbeit: welche Übungsleiter und Ehrenamtlichen werden gebraucht?

Moderator Olaf Wittkamp | Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V.

Inhalt Was müssen Übungsleiter oder ehrenamtliche Helfer mitbringen, um ein Bewegungsangebot für Menschen mit Demenz anzuleiten? Nach einem Impulsvortrag werden im Gespräch Inhalte entwickelt, die Teil einer praxisnahen Fortbildung werden könnten.

WORKSHOPS

PRAXISWORKSHOPS

» 4 Neurophysiologisches Bewegungstraining für Ältere - eine Einführung

Moderator Hans-Peter Esch | DJK Landesverband e.V. NRW

Inhalt Wesentliche Voraussetzungen für die aktive Bewältigung des Alltages sind körperliche und geistige Flexibilität. Hier setzt das neurophysiologische Bewegungstraining an. Beispielhaft werden in diesem Praxisworkshop Kombinationsübungen vorgestellt und direkt umgesetzt.

» 5 Ausgleichsgymnastik im Sitzen – ein Praxisworkshop zur Aktivität und Entspannung mit Älteren

Moderatorin Marie Smit | TuS Westfalia Hombruch e.V.

Inhalt Ganz praxisnah werden hierbei praktische Übungen für den Vereinsalltag oder Bewegungsstunden in Seniorengruppen aufgezeigt. Die Thematik der Entspannung gewinnt auch im Alter eine immer größere Bedeutung.

» 6 Bewegung, Spiel und geistige Fitness für bettlägerige Menschen

Moderator Christiane Troll | Städt. Seniorenheim Nord, Dortmund

Inhalt Praxisnah werden Anregungen gegeben, um auch bettlägerige Menschen zu Hause oder im Pflegeheim gut zu beschäftigen. Der Workshop richtet sich an ehrenamtliche Betreuungskräfte und an Betreuungskräfte nach § 87b SGB XI.

WORKSHOPS

PRAXISWORKSHOPS

» 7 Der bewegte (All-)Tag – Vorstellung einer Konzeption zur Förderung der Alltagsfunktionen mit praktischen Übungen

Moderatorin Julia Horst | Physiotherapiepraxis Remscheid

Inhalt Im Workshop vorgestellt wird das Konzept der vielen Bewegungs- und Trainingsmöglichkeiten orientiert am Tagesablauf – vom Aufstehen bis zum Einschlafen. Im nächsten Jahr wird diese Fortbildung in Dortmund mehrfach angeboten. Interessierte können hier das Programm kennen lernen.

GANZTÄGIGE INFOSTÄNDE

» Qualifizierungsmöglichkeiten für Übungsleiter & Interessierte – Aus-/Fortbildungen & Trends 2015

StadtSportBund Dortmund e.V.

» Beratungsmöglichkeiten

Demenz-Servicezentrum NRW, Region Dortmund

INFOS UND KONTAKT

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei.

Zur Organisation und Verteilung der Workshops ist eine schriftliche Anmeldung (Antwortkarte oder E-Mail) dringend erforderlich.

Anmeldeschluss ist der 17. Oktober 2014.

Anmeldung
StadtSportBund Dortmund e.V.
Veronique Wolter
Beurhausstr. 16–18
44137 Dortmund
Tel. (0231) 50–11111
E-Mail v.wolter@ssb-do.de

Veranstaltungsort

Wilhelm-Hansmann-Haus
Märkische Str. 21
44141 Dortmund

Veranstalter
Demenz-Servicezentrum NRW | Region Dortmund & StadtSportBund Dortmund e.V.

Weitere Mitwirkende
Netzwerk Demenz in Dortmund

Impressum

HERAUSGEBER
StadtSportBund Dortmund e.V.
Stadt Dortmund – Sozialamt, Fachdienst für Senioren

REDAKTION:
Reinhard Pohlmann, Mathias Grasediek

FOTOS
Bilddatenbank Landessportbund NRW, Andrea Bowinkelmann

KOMMUNIKATIONSKONZEPT, LAYOUT & DRUCK
Lifestyle & Friends, Agentur für Kommunikation GmbH
www.lifestyle-friends.de

Name:

Institution | Verein

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

E-Mail:

Ich interessiere mich für folgende 2 Workshops.

Bitte hier die Nummer der Workshops angeben

StadtSportBund Dortmund e.V.
Veronique Wolter
Beurhausstr. 16–18
44137 Dortmund

Bitte freimachen!

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen

LANDESVERBÄNDE DER PFLEGEKASSEN

gefördert von:

Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen

„**JA,** ich komme gerne zur Fachtagung am 25.10.2014 und melde mich verbindlich mit weiteren Angaben auf der Rückseite an!“

StadtSportBund Dortmund

10 JAHRE

Demenz-Servicezentrum Region Dortmund

Stadt Dortmund
Sozialamt