

Deutscher Berufsverband für Pflegeberufe (DBfK)  
Regionalverband Südwest e.V.  
Eduard-Steinle-Straße 9  
70619 Stuttgart

[www.dbfk.de/suedwest](http://www.dbfk.de/suedwest)

## **6 Gründe** für eine Mitgliedschaft

- 1** WIR BERATEN bei rechtlichen Fragen.
- 2** WIR BIETEN SCHUTZ durch Berufshaftpflicht- und Rechtsschutzversicherung.
- 3** WIR BILDEN WEITER in zahlreichen Bildungs-Angeboten (Seminare und Fachtagen).
- 4** WIR BINDEN EIN in Netzwerken und AGs.
- 5** WIR INFORMIEREN in Fachzeitschriften und Newslettern.
- 6** WIR BIETEN PREISVORTEILE bei Versicherungen und Bildungsangeboten.

Bildungsangebote des DBfK Südwest  
unter: [www.bildung-sw.dbfk.de](http://www.bildung-sw.dbfk.de)

### Rückfragen

✉ E-Mail: [preusche@dbfk.de](mailto:preusche@dbfk.de)  
☎ Tel.: 0711-47 50 61

### Rücktrittsklausel

Die Rücktrittserklärung bedarf der Schriftform. Ohne schriftliche Rücktrittserklärung werden die vollen Teilnahmegebühren in Rechnung gestellt. Bei Rücktritt innerhalb 21 Tagen bis 7. Tag vor Veranstaltungsbeginn werden 30% der Teilnahmegebühren als Bearbeitungsgebühr berechnet. Ab dem 6. Tag vor Beginn sind die vollen Teilnahmegebühren zu entrichten. Der DBfK ist berechtigt, jederzeit den Rücktritt zur Anmeldung zu erklären, wenn nach Einschätzung des DBfK eine wirtschaftliche Durchführung nicht möglich ist.

### Online-Seminar

25-2.0025

## **PROBalance** **Sturzprophylaxe,** **aber richtig!**

**09. Dezember 2025**

Stürze bedrohen die Selbstständigkeit älterer Menschen. Mehr als jeder 2. Pflegeheimbewohner stürzt einmal pro Jahr. Sturzfolgen beeinträchtigen die Mobilität, die soziale Teilhabe, reduzieren die Lebensqualität und erschweren auch Ihnen als Pflegefachperson die Arbeit.

Sicherlich kennen Sie bereits Vorsorgeprogramme gegen den Sturz, aber nicht jedes Sturzprogramm ist erfolgreich!

Um Stürzen vorzubeugen, hat Dr. Petra Mommert-Jauch das von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) und durch die Universitäten Frankfurt und Bayreuth geprüfte **PROBalance-Programm für Senioren** entwickelt.

In diesem Kurs werden Übungen zur Gangqualität, Balance, Muskelkraft und Beweglichkeit angeboten, um das Risiko zu stürzen, zu minimieren. Durch gezielte Übungen, die sehr gut in den Alltag eingebaut werden können, kann effektiv etwas für die körperliche und geistige Fitness getan werden.

#### Inhalte

- Ursachen und Risikofaktoren für Stürze
- Der mental-motorische Fitness-Parcours
- Die Gehschule (körperwahrnehmungsorientiert) als Basistraining zur Sturzprophylaxe
- Übungen für Gleichgewicht, Kraft und Kopf in den Stufen „LIGHT“, „BASIC“, „PLUS“.

#### Methoden

Dieses Online-Seminar wird interaktiv mit Ihnen zusammen gestaltet, durch Impulse, Gruppentausch und Übungen.

#### Zielgruppe

Pflegefachpersonen aus allen Pflegesettings, insbesondere aus der Altenpflege

#### Referent:innen

Dr. phil. Petra Mommert-Jauch  
Sport- und Gesundheitswissenschaftlerin, langjährige Lehrbeauftragte verschiedener Universitäten, ISR-Gesundheitsakademie des Instituts für Sport und Rehabilitation e.V.

#### Termin

09.12.2025

#### Zeit

09:00 bis 16:30 Uhr

#### Online-Seminar

Interaktive Schulung per Videokonferenz;

#### Zwingende technische Voraussetzung:

Stabile Internetverbindung, jede:r hat einen eigenen Laptop oder PC mit Kamera und Mikrofon; kein Smartphone (Headset wenn möglich);

#### Teilnahmegebühr

|                 |     |        |
|-----------------|-----|--------|
| DBfK-Mitglieder | EUR | 125,00 |
| Nichtmitglieder | EUR | 155,00 |

#### Anerkennung

Registriert beruflich Pflegende können acht Punkte geltend machen.



[direkt zur Anmeldung](#)



#### Weitere Seminare des DBfK Südwest

24.06.2025 (online)  
PA | Generationenmix und Teamwork

18.09.2025 (online)  
PA | Als Praxisanleiter:in klar und stimmig kommunizieren

14.10.2025 (online)  
Gewaltprävention in der Altenpflege

24.10.2025 (online)  
Vitale Pause Coach

07.11.2025 (Stuttgart)  
Versorgung von Patient:innen mit Port

13.11.2025 (online)  
Embodiment in der Pflege