PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Weitere Infos und Anmeldung

Fortbildung PS LU; Weiterbildungstag Selbststudium

Dossier zum Selbststudium

Ziel: Bewegungs- und Sportleitende dabei unterstützen, ihr Wissen im Bereich der Sturzprävention und der Bewegungsempfehlung zu vertiefen.
Mithilfe von Literatur, Webseiten und einem E-Learning-Tool können die Inhalte im eigenen Lerntempo und selbständig erarbeitet werden. Lernfragen und Reflexionsaufgaben stellen den Transfer in die Praxis (Leitertätigkeit) sicher.

Haupttehmen:
1. Einführung Stürze, Sturzrisiko
2. Training zur Sturzprävention
3. Bewegungsempfehlungen
4. Innovieren

Angebot:	26-0-86010-894
Termine:	01.01.2026 - 31.12.2026 2 x Do 09:00 - 16:00
Treffpunkt:	Selbststudium, zu Hause
Kosten:	CHF 0.00
Hinweise:	Für die Absolvierung wird ein Computer und Notizmaterial benötigt.

Pro Senectute Kanton Luzern
Bildung+Sport
Maihofstrasse 76 – 6006 Luzern – Telefon 041 226 11 99
bildung.sport@lu.prosenectute.ch – lu.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH86 8080 8005 7958 7261 9