



# Stolpern & Stürzen – Gleichgewichtsparcours

## Kursbeschreibung:

Gehen ist für die meisten von uns ein automatisierter Bewegungsablauf. Gehen scheint ungefährlich. Doch die Realität sieht anders aus: Die Unfallgefahr beim Gehen wird massiv unterschätzt. Stolpern und Stürzen ist Unfallursache Nummer eins in der Schweiz. Pro Jahr stolpern und verunfallen über 60 000 Menschen während der Arbeit, das ist jeder vierte Berufsunfall. Im Alltag (in der Freizeit ohne Sportunfälle) sind es sogar mehr als 120 000 Personen.

## Kursinhalt:

Gleichgewichtstraining, Stolperparcours  
Persönliches Verhalten  
Technische Faktoren  
Organisatorische Faktoren  
Umwelteinflüsse  
Mit offenen Augen durch den Betrieb.

## Zielgruppe:

Büroangestellte, Betriebs- und Produktionsmitarbeiter,  
Handwerker und alle Personen die Stolper- & Sturzunfälle  
verhindern möchten.

## Ausbildungsnachweis:

Der Kurs wird mit einer Lernerfolgskontrolle (Bilderrätsel)  
abgeschlossen

## Anforderungen:

Gute Deutschkenntnisse (Lesen und Verstehen), gutes  
Auffassungsvermögen. Mindestalter 18 Jahre

## Teilnehmende:

Mindestens 6 bis maximal 16 Teilnehmende pro Kurs  
Praxis pro Referenten 8 Personen

## Kursdauer:

2.5 Std.

## Kursort

In Ihrem Betrieb

## Im Kurspreis inbegriffen:

Kursunterlagen, Teilnahmebestätigung, Ausweis

