

Zuversicht gewinnen!

Das analoge Balancetraining zur Sturzprophylaxe fördert zeitgleich die Umsetzung von körperlichen und geistigen Aufgaben. Durch diese positive Konditionierung könnte die Lebensqualität der Betroffenen erkennbar verbessert werden.

Step-IT – was bedeutet das eigentlich?

Trainiert wird auf einer quadratischen Gummimatte mit gleich großen Feldern, gekennzeichnet mit den Ziffern 1–9. Die Schrittmuster werden durch die Trainer vorgegeben, ein Metronom gibt die Geschwindigkeit vor und je nach Bedarf ist auch der Einsatz von Musik erstrebenswert.



Unsere Patientin findet zurück ins Leben.

Wussten Sie schon, dass ...

- in Deutschland mehr als 400.000, weltweit mehr als 6 Millionen Menschen an Parkinson erkrankt sind.
- Parkinson die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung ist, die speziell Nervenzellen im menschlichen Gehirn betrifft.
- das durchschnittliche Erkrankungsalter bei 60 Jahren liegt.

Herzlichen Dank für Ihre Spende!

Unser Spendenkonto

Johanniter GmbH
IBAN: DE 16 3702 0500 0001 2848 03
BIC: BFSWDE33XXX
Bank für Sozialwirtschaft
Verwendungszweck: Step-IT



Neurologisches Rehabilitationszentrum
„Godeshöhe“ e.V.
Waldstraße 2 – 10
53177 Bonn-Bad Godesberg

Dr. Viva-Katharina Volkmann

Tel. +49 30 2309970 455
viva.volkmann@johanniter-gmbh.de
www.johanniter-gmbh.de



JOHANNITER
Neurologisches
Rehazentrum Godeshöhe

Bild S. 4 „Gestürztem wird geholfen“ @ AdobeStock · alle anderen Abbildungen mit freundlicher Genehmigung der Deutschen Sporthochschule, Köln



Spendenprojekt: Step-IT

Klinische Studie für Parkinson- Patienten

Johanniter - Neurologisches
Rehazentrum Godeshöhe



JOHANNITER

@ Fundraising - Johanniter GmbH

**„Akzeptieren heißt
nicht Resignieren.
Es heißt zu verstehen,
dass etwas ist
wie es ist und es
einen Weg hindurch
geben muss.“**

Michael J. Fox, Schauspieler,
war gerade 30 Jahre alt, als er die Diagnose
„Parkinson“ erhielt.



Agil im Alter – Sturzprophylaxe

Step-IT – ein Forschungsprojekt mit Zuversicht

Die Diagnose Parkinson ist für alle Betroffene ein herber Schlag. Das Schlimmste daran ist die Erkenntnis, zunehmend die Kontrolle über den eigenen Körper und seine Muskulatur zu verlieren. Das macht wütend und führt oft zur Resignation.

Wir haben es uns zum Ziel gemacht, die besten Optionen für Parkinson-Patienten und deren Behandlung zu ermöglichen. Das neue Trainingsprogramm Step-IT wurde vom Institut für Sport- und Bewegungsgerontologie, unter Mitwirkung von Dr. Giannouli und Prof. Dr. Zijlstra, entwickelt. Es bietet neue Chancen, die Sturzquote der Betroffenen zu optimieren. Im Zuge einer Studie der Neurowissenschaftlerin M. Eschweiler soll ergründet werden, ob Step-IT auch als Work-out für Menschen mit Parkinson während einer stationären Rehabilitation geeignet ist.

Step-IT fördert:

Durch ein gezieltes Training und Bewegungsempfehlungen fördern wir:

- die Gleichgewichtsfähigkeit
- das Wohlbefinden als psychologischer Faktor
- die Reaktionsfähigkeit
- die Kopplungs- und Rhythmisierungsfähigkeit

So können Sie uns helfen

Mit Ihrer Spende oder Anmeldung als Teilnehmer unterstützen Sie die wissenschaftliche Studie, ob Step-IT für die Rehabilitation von Parkinson-Patienten geeignet ist.

Jeder Betrag ist wertvoll:

- | | |
|---------------------------------------|-------|
| • für die wissenschaftliche Mitarbeit | 50 € |
| • Tablet/PCs | 100 € |
| • die Step-IT Plattform | 500 € |

Herzlichen Dank!

Für die Anschaffung der digitalen Step-IT-Plattform von DIVIDAD (25.000 €) und der Durchführung von 3 Studienphasen bis September 2023 wird ein Spendenvolumen in Höhe von insgesamt 160.000 € benötigt. Der Betrag soll Parkinson-Patienten zukünftig vermehrt beschwerdefreie Jahre schenken.



Mit Prävention Stürzen vorbeugen