



**NEWSLETTER
BESTELLEN**

TÄGLICHE NEWS FÜR DAS MANAGEMENT VON
PFLEGE UND WOHNEN IM ALTER



4. Juli 2025 | 07:00 Uhr

Teilen

Mailen

Eine Matte, die trainiert und Stürze reduziert

Die beste Sturzprophylaxe ist: täglich Muskelkraft, Gleichgewicht und Koordination trainieren. Doch wie können Pflegeheime all das ihren Bewohnern bieten? Eine Gangmatte namens G-Weg könnte die Lösung sein. Für die haben sich kürzlich die HDV-Seniorenzentren entschieden, jetzt stattet auch Compassio 96 seiner Einrichtungen mit der Gangmatte aus. Dass die Wirkung wissenschaftlich belegt ist, war ein entscheidender Grund für den Kauf.



© Compassio

Wer auf der Gangmatte geht, muss seine Aufmerksamkeit auf verschiedene Aufgaben richten, das trainiert auch Koordination und Gedächtnis

Auf den ersten Blick sieht die »Gangmatte aus wie eine grüne Wiese mit Kopfsteinpflaster. Dazu gibt es 98 Methodik- und Übungskarten, die farblich nach Schwierigkeitsgraden gegliedert sind. Wer auf der Matte geht, muss sich nicht nur aufs Gehen konzentrieren: Er ist gezwungen, seine Aufmerksamkeit auf weitere Aufgaben zu richten. Das trainiert auch das Gedächtnis, vor allem aber werden Doppelbelastungen simuliert, körperliche und kognitive Ressourcen also gleichermaßen gestärkt. Das ist im Alter wichtig, um Stresssituationen zu meistern und bei visuellen oder optischen Ablenkungen nicht gleich zu stürzen.

Eine Studie des Sportmedizinischen Instituts der Universität Paderborn belegt eine deutliche Reduktion von Stürzen durch regelmäßiges Training mit G-Weg, heißt es beim Hersteller, der so wie das Produkt G-Weg heißt. Und: Die Deutsche Sporthochschule Köln hat die Methodik in das Standardwerk "Trainingstherapie in der Rehabilitation" aufgenommen.

Eine Gangmatte inklusive Methodik- und Übungskarten kostet 2.150 Euro

Der wissenschaftliche Beleg war bei Compassio ausschlaggebend für die Kaufentscheidung. Für das Pflegeunternehmen mit Sitz in Ulm stand schon länger fest, dass es die Mobilität seiner Bewohner intensiver fördern möchte: um Stürzen und Krankenhauseinweisungen vorzubeugen und die Lebensqualität zu heben – aber auch um seine Mitarbeiter zu entlasten. "Denn je mobiler die Bewohner, desto leichter ist der Arbeitsalltag", sagt Monika Nirschl, als COO in der Geschäftsführung für die operative Arbeit zuständig.

Compassio lässt sich das Mobilisations-Tool durchaus etwas kosten: 96 Einrichtungen erhalten jeweils eine Gangmatte inklusive Methodik- und Übungskarten im Wert von 2.150 Euro. Hinzu kommt: Die Pflegedienstleitung jeder Einrichtung nimmt an einer eintägigen G-Weg-Schulung teil, um anschließend in

ihrem Haus als Multiplikator zu wirken. So kommen auch noch Stundenausfälle, Fahrtkosten und eventuell Übernachtungskosten hinzu.

Vor Ort in der Einrichtung geschult werden dann hauptsächlich die Betreuungskräfte im Umgang mit der G-Weg-Matte. Das habe sogar einen teamfördernden Nebeneffekt, denn die Betreuungskräfte merken, dass ihre Arbeit für die Bewohner und die Pflegekräfte elementar ist. Nirschl: "In den ersten Pilotphasen haben wir erlebt, wie motivierend der G-WEG wirkt: Betreuungskräfte fühlen sich gestärkt – und die Zusammenarbeit im Haus profitiert spürbar."

Kirsten Gaede

NEWSLETTER KOSTENLOS BESTELLEN

Ja, ich möchte den Newsletter täglich lesen. Ich erhalte ihn kostenfrei und kann der Bestellung jederzeit formlos widersprechen. Meine E-Mail-Adresse wird ausschließlich zum Versand des Newsletters und zur Erfolgsmessung genutzt und nicht an Dritte weitergegeben. Damit bin ich einverstanden und akzeptiere die Datenschutzerklärung.

[Datenschutzerklärung](#)

Tags: Compassio, Pflege

Mehr zum Thema

- » Compassio bald mit Seniorenresidenz in Sachsen-Anhalt
- » Baustart für Compassio-Pflegeheim in Halberstadt
- » Pflegeanbieter Comfort Vivo und Bauträger Düma in der Kritik
- » 5 Gesten, die den Umgang mit Demenz erleichtern
- » Positive Erfahrungen mit Auslandsanwerbung überwiegen
- » Voize mit Webinar über KI in der Pflegedokumentation

ANZEIGE



SERVICE

- » Kontakt
- » Über uns
- » Impressum
- » Mediadaten
- » RSS-Feed
- » Datenschutz
- » AGB
- » Newsletter bestellen

NEWS

- » Care Inside
- » Jobs
- » Care Regional
- » Care Management
- » Auch das noch...

FOLGEN SIE UNS



NEWSLETTER BESTELLEN

Emailadresse

