

Sturzprophylaxe-Training



Stürze stellen insbesondere für ältere Menschen ein hohes Risiko dar. Sie gehen häufig mit schwerwiegenden Einschnitten in die bisherige Lebensführung. Der überwiegende Teil der Stürze passiert in der eigenen Wohnumgebung, sei es als Sturz auf gleicher Ebene, als Sturz von Treppen/Stufen oder als Sturz aus der Höhe.

Ziel dieses Trainings ist es, Stürze und Sturzfolgen zu vermeiden, indem ursächliche Risiken und Gefahren erkannt und nach Möglichkeit minimiert werden. In diesem Workshop findet ein Kraft-, Gleichgewichts- und Mobilitätstraining sowie ein bewegtes Gedächtnis- und Sensormotoriktraining statt.

Termin:	ab 06. Februar 2017 (10 x 1 Stunde) montags, 11.45-12.45 Uhr
Ausfalltermine:	27.02.2017, 17.04.2016
Übungsleiterin:	Annetraud Raifarh, Kursleiterin DWI Sturzprophylaxe
Ort:	TVE-Sportsaal, Maybachstraße 14
Teilnehmer:	10 bis 15 Personen
Kosten	30,00 Euro Mitglieder 60,00 Euro Nichtmitglieder

Anmeldungen sind **ab dem 13.12.2016** möglich - zur Anmeldung bitte das Anmeldeformular verwenden.
Telefonische Anmeldungen sind nicht möglich!

Bezahlung erst in 2017 - zwischen dem 02.01. – 13.01.2017!