

SturzMobil

Sturzfrei durch den Alltag



Zusammenarbeit mit



07. Mai 2015
14.30 – 17.00 Uhr
Neue Mittelschule
Schießstandstrasse 2

Gesund
gemeinsam
anzweifelhaft **50** Generation 50+

SturzMobil

...für mehr Mobilität & Sicherheit in Ihrem Alltag.

Erleben Sie bei der Veranstaltung „SturzMobil – Sicher durch den Alltag“ praxisorientierte Übungen zur Sturzvermeidung.

SturzMobil – Sicher durch den Alltag“
Sturzvermeidung.

Am Beginn steht ein Vortrag (FH Wien / Ergotherapie) zum Thema:

Wien / Neustadt / Fachbereich

„Risikofaktoren in der Mobilität in Wohnumfeld und Verhalten“

Zusätzlich bieten wir ein umfangreiches

umfangreiches Programm, bestehend aus:



- Tipps und Tricks
- Gleichgewichtsschulung
- Kraft- und Beweglichkeitstests
- Fitness- und Leistungscheck
- Muskel-Fett Analyse
- Sichere Gestaltung des häuslichen Umfelds
- Muskelkräftigung und Mobilität
- Richtiges Stürzenverhalten
- Individuelle Beratung
- ...und vieles mehr

gestaltet durch fachkundige Experten

Schulung

Beweglichkeitstests

Leistungscheck

Analyse

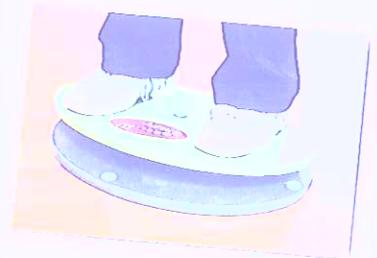
Gestaltung des häuslichen Umfelds

Mobilität

Verhalten

Beratung

und vieles mehr



Bekleidungstipp:
bequeme Kleidung und Sportschuhe

Tragen Sie
bequeme Kleidung und Sportschuhe

Weitere Informationen unter:

Informationen unter:

Mobil: 0664 88 71 87 77

oder E-Mail: michael.wild@argef.at

Videos zum Thema unter: argef.at/g50

