



Marktgemeinde  
RUDERSDORF



# Trittsicher & aktiv

## Vortrag zur Sturzprävention



### So können Sie Stürzen sicher vorbeugen!

Stürze zählen zu den größten Gefahrenquellen im Alltag älterer Menschen. „Trittsicher & aktiv“ setzt auf Sturzvorbeugung. Im kostenlosen Vortrag erhalten Sie Informationen zum Angebot sowie erste hilfreiche Informationen und Tipps zur Sturzvorbeugung.

#### An wen richtet sich der Vortrag?

- An alle am Thema Sturzvorbeugung interessierten Personen
- An Personen ab 65 Jahren, die sich für eine Teilnahme an einem kostenlosen, 12-wöchigen Sturzpräventionskurs in der Region interessieren

#### Termin:

#### Kontakt und Anmeldung:

Trittsicher & aktiv wird finanziert und gefördert von:



Umgesetzt durch:

