

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:

Datum: Donnerstag, 07.05.2026, 17:00 - 18:00 Uhr

Ort: Gemeindesaal Ellbögen, 6083 Ellbögen

Kontakt und Anmeldung:

Keine Anmeldung für den Vortrag notwendig - gerne einfach kommen!

Vortragende: Michaela Kienast, dipl.Fitnesstrainerin, Sturzprophylaxetrainerin

Trittsicher & aktiv wird finanziert und gefördert von:



Umgesetzt durch:

