



Sturzprophylaxe zur Steigerung der Lebensqualität Umgang und Training mit dem Rollator im Alltag

Wann: Donnerstag, den 17.11.2022 von 14.00-ca.17.00 Uhr

Wo: Clauener Str. 1, (Dorfgemeinschaftshaus) in 31249 Hohenhameln

Was: Mit dieser Qualifizierung richten wir uns an den unten genannten Personenkreis. Die Maßnahme vermittelt erste allgemeine und einfache Bewegungsübungen im Umgang mit dem Rollator. Die Veranstaltung ist gedacht für Menschen die Hinweise zum richtigen Gebrauch des Rollators erfahren möchten und ihn auch im täglichen Gebrauch anwenden wollen.

- Begrüßung, Kennlernphase und Vorstellung der Teilnehmer/innen
- Infos zu allgemeinen Vorerfahrungen und Bewegungseinschränkungen sowie Übungen mit dem Rollator für den Alltag älterer Menschen
- Praxisteilteil – Rollator in Bewegung
- Feedback (Erfahrungsaustausch / Verabredungen / Termine...)

Wer: Menschen die auf einen Rollator angewiesen sind und /oder den richtigen Gebrauch kennen lernen wollen. Gern darf auch eine Begleitperson an der Maßnahme teilnehmen.

Kosten: Es entstehen keine Kosten / Kaffee und Kuchen wird gereicht.

Die Generationenhilfe Bördereion e.V. hat sich bereit erklärt, TN auf Anfrage mit Ihrem Bus abzuholen und zurückzubringen. Bitte informieren Sie hierzu Herrn Hans-Jürgen Gläsner.

Anmeldung: Hans-Jürgen Gläsner (Seniorenbeauftragter)

Telefon: 05128-5530 oder Handy: 0151-58567018

E-Mail: GlaesnerHJ@T-Online.de

Auskunft: Ralf Klemm, Sportreferent; Am Markt 2, 31224 Peine

E-Mail: rklemm@ksb-peine.de Tel.: 05171-297920-2

Mit der verbindlichen Anmeldung wird auch um eine komplette Teilnahme an der Veranstaltung bis zum Ende gebeten.

Anmeldeschluss: 10.11.2022

Projektbezogene Kooperationspartner und Förderer