

Valpreventie activiteiten

Vallen is een vaak voorkomend probleem bij ouderen. Maar liefst één op de drie 65 plussers valt tenminste een keer per jaar. Een val kan vervelende gevolgen hebben, zoals bijvoorbeeld een botbreuk of kneuzing. Mensen die gevallen zijn ontwikkelen vaak angst om opnieuw te vallen. Deze valangst kan ertoe leiden dat iemand niet meer goed naar buiten durft. Het is dus erg belangrijk dat vallen zoveel mogelijk wordt voorkomen.

In het najaar van 2011 worden op verschillende plaatsen in Nijmegen valpreventie activiteiten georganiseerd voor ouderen. Een aantal activiteiten zal plaatsvinden op onze dependance in Neerbosch-Oost (Verzorgingshuis de Honinghoeve). Het betreft een voorlichtingsbijeenkomst, de valpreventie training 'In Balans', een rollatortraining en een rollatorkeuring. De activiteiten zijn bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen.

Voor meer informatie of wanneer u interesse heeft in deelname aan een van de activiteiten dan kunt u contact opnemen met de praktijk: tel. 024-3780991.

Activiteit	Datum	Tijd
Voorlichting	21 september	15.00 – 17.00
In balans	- 18 oktober - 25 oktober - 1 november - 8 november	10.00 – 12.00 u
Rollatortraining	11 november	13.00 – 16.00
Rollatorkeuring	18 november	13.00 – 16.00