Wir im Quartier:
Sturzfrei und sicher durch den Alltag

Öffentliche Veranstaltung

Departement Soziales I Alter und Pflege

Stadt Winterthur

Wir im Quartier:
Sturzfrei und sicher durch den Alltag

Samstag, 4. Mai 2024, 13.00 – 17.30 Uhr
Öffentliche Veranstaltung im Alterszentrum Oberi

Jährlich verunglücken in der Schweiz zehntausende Menschen Zuhause. Der Grossteil der Unfälle sind Stürze im Haushalt, im Garten und in der Freizeit. Diese Unfälle können vermieden werden! Das Alterszentrum Oberi organisiert für Sie zum Thema «Sturzfrei und sicher durch den Alltag» eine öffentliche Veranstaltung.

Was Sie erwartet

13.00 Uhr	Eintreffen und Orientierung
13.30 Uhr	In spannenden Vorträgen werden Ihnen Möglichkeiten zur Sturzprävention, nützliche Tipps für eine ausgewogene Ernährung und Rezeptideen für den Alltag aufgezeigt.
14.45 Uhr	In kleinen Gruppen führen wir Sie durch Marktstände. Sie erhalten umfassende Informationen zu verschiedenen Gesundheitsthemen wie z. B. die vielfältigen medizinischen und therapeutischen Möglichkeiten sowie präventive Massnahmen. Erfahren Sie zudem am eigenen Leib, wie sich krankheits- und altersbedingte Einschränkungen anfühlen und wie man mit diesen umgeht. Und Vieles mehr...
16.50 Uhr	Beim Apéro bietet sich die Gelegenheit, sich mit anderen Menschen aus dem Quartier auszutauschen. Fachpersonen stehen für Fragen zur Verfügung.
17.30 Uhr	Ende der Veranstaltung

Wir freuen uns auf Sie

Alterszentrum Oberi, Stadlerstrasse 164, 8404 Winterthur
Telefon +41 52 267 33 33

Die Veranstaltung ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.