



# PYSY PYSTYSSÄ-TYÖPAJA

TIETOA JA TYÖKALUJA IKÄÄNTYNEIDEN  
KAATUMISEN EHKÄISYYN

**KESKIVIIKKO 27.3.2019**

**14.00-16.00**

PURSI-RAKENNUS, LIIKUNTASALI  
ITSENÄISYYDENTIE 2, VAMMALA



Kaatumisalttiutta lisääviä tekijöitä on monia. Parhaimmillaan kaatumisten ehkäisy on ennakointia: poistetaan hyvissä ajoin tekijöitä tai vähennetään sellaisten tekijöiden vaikutusta, jotka voivat lisätä alttiutta kaatumisille.

Tämä ilmainen työpaja tarjoaa kuntalaisille fysioterapeutin ja lääkärin neuvoja kaatumisen ehkäisyyn kotioloissa. Esittelyssä myös kaupungin liikuntapalvelut. Mukaan mahtuu 20 henkilöä ilmoittautumisjärjestyksessä. **Tiedustelut ja ilmoittautumiset ma-pe klo 8.00 – 10.00 puhelimitse numeroon 040 823 4547.**