PROBALANCE

Sicherer Halt bis ins hohe Alter

SAVE-THE-DATE MULTIPLIKATORENSCHULUNG

Die nächste Multiplikatorenschulung findet am **26. + 27. Juni 2020** in der Klinik Hüttenbühl in Bad Dürrheim statt.

WIR SUCHEN SIE

Lassen Sie sich zum Pro-Balance Multiplikator*in ausbilden.

Für Rückfragen zum Projekt sowie zur Multiplikatorenschulung steht Ihnen

Frau
Irina Ebauer
Gesundheitsamt
Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar
Geschäftsstelle im Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis
Herdstraße 4
78050 Villingen-Schwenningen
Fon +49 (0) 7721 913-7184
Fax +49 (0) 7721 913-8918
E-Mail: I.Ebauer@lrasbk.de
oder: Info@gesundheitsnetzwerk-sbk.de

zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie.

Weitere Informationen auf der Rückseite.

PROBALANCE

Sicherer Halt bis ins hohe Alter

SAVE-THE-DATE MULTIPLIKATORENSCHULUNG

Die nächste Multiplikatorenschulung findet am **26. + 27. Juni 2020** in der Klinik Hüttenbühl in Bad Dürrheim statt.

WIR SUCHEN SIE

Lassen Sie sich zum Pro-Balance Multiplikator*in ausbilden.

Für Rückfragen zum Projekt sowie zur Multiplikatorenschulung steht Ihnen

Frau
Irina Ebauer
Gesundheitsamt
Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar
Geschäftsstelle im Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis
Herdstraße 4
78050 Villingen-Schwenningen
Fon +49 (0) 7721 913-7184
Fax +49 (0) 7721 913-8918
E-Mail: I.Ebauer@lrasbk.de
oder: Info@gesundheitsnetzwerk-sbk.de

zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie.

Weitere Informationen auf der Rückseite.

PROBALANCE

DIE VORTRAGSREIHE FÜR SIE:

PROBALANCE – SICHERER HALT BIS INS HOHE ALTER

Dr. phil. Petra Mommert-Jauch, Sport- und Gesundheitswissenschaftlerin und Autorin zahlreicher Fachbücher, informiert Sie über Ursachen und Risikofaktoren von Stürzen. Sie zeigt verschiedene Möglichkeiten, um Stürzen vorzubeugen und die Notwendigkeit von Bewegung im Alter. Denn diese hat auch positive Auswirkungen auf das Gehirn.

Sie werden innerhalb des Vortrags auch praktische Übungen kennenlernen, um auf Gangqualität, Balance, Muskelkraft und Beweglichkeit zu achten. Damit reduzieren Sie Ihr Risiko zu stürzen.

Der Vortrag steht im Rahmen eines kreisweiten Projektes zur Sturzprävention mit dem Titel "**PRO**BALANCE – Sicherer Halt bis ins hohe Alter" von Landratsamt Schwarzwald-wald-Baar-Kreis, Gesundheitsamt/Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar, der AOK – Die Gesundheitskasse, der Schwenninger Krankenkasse, dem Badischen Schwarzwald-Turngau und der ISR-Gesundheitsakademie.

Im Anschluss an den Vortrag haben die Teilnehmer, die Möglichkeit, sich für einen PROBALANCE**-Kurs anzumelden, der von geschulten Kursleitern durchgeführt wird.**

Fortgesetzt werden die Vorträge und Kursangebote auch in anderen Gemeinden des gesamten Schwarzwald-Baar-Kreises.

PROBALANCE – deutschlandweit erfolgreich.

Weitere Informationen zum Sturzpräventionsprojekt **PRO**BALANCE erhalten Sie beim Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis Gesundheitsamt/Gesundheitsnetzwerk, Telefon: 07721 913 7190, E-Mail: gesundheitsamt@lrasbk.de

PROBALANCE

DIE VORTRAGSREIHE FÜR SIE:

PROBALANCE – SICHERER HALT BIS INS HOHE ALTER

Dr. phil. Petra Mommert-Jauch, Sport- und Gesundheitswissenschaftlerin und Autorin zahlreicher Fachbücher, informiert Sie über Ursachen und Risikofaktoren von Stürzen. Sie zeigt verschiedene Möglichkeiten, um Stürzen vorzubeugen und die Notwendigkeit von Bewegung im Alter. Denn diese hat auch positive Auswirkungen auf das Gehirn.

Sie werden innerhalb des Vortrags auch praktische Übungen kennenlernen, um auf Gangqualität, Balance, Muskelkraft und Beweglichkeit zu achten. Damit reduzieren Sie Ihr Risiko zu stürzen.

Der Vortrag steht im Rahmen eines kreisweiten Projektes zur Sturzprävention mit dem Titel "**PRO**BALANCE – Sicherer Halt bis ins hohe Alter" von Landratsamt Schwarzwald-wald-Baar-Kreis, Gesundheitsamt/Gesundheitsnetzwerk Schwarzwald-Baar, der AOK – Die Gesundheitskasse, der Schwenninger Krankenkasse, dem Badischen Schwarzwald-Turngau und der ISR-Gesundheitsakademie.

Im Anschluss an den Vortrag haben die Teilnehmer, die Möglichkeit, sich für einen PROBALANCE**-Kurs anzumelden, der von geschulten Kursleitern durchgeführt wird.**

Fortgesetzt werden die Vorträge und Kursangebote auch in anderen Gemeinden des gesamten Schwarzwald-Baar-Kreises.

PROBALANCE – deutschlandweit erfolgreich.

Weitere Informationen zum Sturzpräventionsprojekt **PRO**BALANCE erhalten Sie beim Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis Gesundheitsamt/Gesundheitsnetzwerk, Telefon: 07721 913 7190, E-Mail: gesundheitsamt@lrasbk.de