



2 Veranstaltungen für ein aktives Altern

mit *Brigitte Loder-Fink, Ergotherapeutin, FH Joanneum*
im Volkshilfe Seniorenzentrum

Sommersbergstraße 394, 8990 Bad Aussee

Die Veranstaltungen sind kostenlos!

Im TUN bleiben und DA(bei) sein

Soziale Kontakte und produktive Aktivitäten führen zu mehr Lebensqualität und Lebensfreude im Alter!

16.01.2019

15:00-16:45 Uhr

Aktiv sein - für sich und andere

Wo will und kann ich mich einbringen? Kann ich auch die Initiative ergreifen und Angebote, die mich interessieren, gemeinsam mit anderen Interessierten umsetzen? Was braucht es dafür?

Sicher zu Hause leben und bleiben

Stolperfallen zu Hause beseitigen kann Unfälle vermeiden und den Alltag ungemein erleichtern!

13.02.2019

15:00-16:45 Uhr

Wohnraum sicher gestalten

Was ist altersgerechtes Wohnen und welche Stolperfallen gibt es im eigenen Zuhause? Wie kann ich Stürzen vorbeugen? Welche Hilfsmittel zum selbstständigen Aufstehen nach einem Sturz gibt es?

**Anmeldung bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung bei Eva Köberl,
unter Tel. 03622 52511-28 oder per Mail: eva.koeberl@badaussee.at – Achtung: Bitte
rechtzeitig anmelden - begrenzte Teilnehmerzahl!**