Fachvortrag und **Workshop** zum Thema

“Praktische Sturzkompetenz”

Bei einem unvermeidbaren Sturz selber die Sturzverletzung verhindern oder abmildern? Ja, das geht durch das Erlernen des „richtigen“ Fallens.
Die Gemeinde Niederhasli lädt gemeinsam mit dem SturzZentrum Schweiz zu einem Fachvortrag und Workshop ein.

Im **Fachvortrag** mit der Referentin Dr. Friederike Schulte erfahren Sie, wie Stürze im Alltag vermieden werden können.

Im **Workshop** lernen Sie praktische Techniken, um sich selbst im Falle eines Sturzes richtig schützen zu können.

SturzZentrum Schweiz

Niederhasli

Fach-vortrag

2. Juni 2025 | 14:00-15:30 Uhr
Saal Reformierte Kirche Niederhasli-Niederglatt
Nöschikonerstrasse 3, 8155 Niederhasli

Workshop

16. Juni 2025 | 14:30-16:00 Uhr
Turnhalle, Schulhaus Linden
Lindenstrasse 21, 8155 Niederhasli
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Turnschuhe/rutschfeste Socken für Übungen

Die Teilnahme am Fachvortrag & Workshop ist **kostenlos**.
Die beiden Angebote können auch **einzeln** besucht werden.

J E T Z T
A N M E L D E N !

043 411 22 46
gesundheit@niederhasli.ch
/
persönlich am Schalter im 1. OG, Büro Nr. 17 im Gemeindehaus Niederhasli

Wir freuen uns auf Sie