

MOBIL IM ALTER UNTERWEGS



Tel: 07151/5001-2340
E-Mail: stadtseniorenrat@waiblingen.de
www.waiblingen.de/stadtseniorenrat

Veranstalter:

Stadt seniorenrat Waiblingen



In Kooperation mit:

Fischle Regionalverkehr

Fischle

Kreisverkehrswacht Rems-Murr e. V.



Sanitätshaus Gunser



AKTIONSTAG ROLLATOR-TRAINING

MOBIL IN JEDEM ALTER
EIN ANGEBOT VOM STADTSENIORENRAT



Mo 17. Oktober 2022
14:00 - 17:00 Uhr
KARO Familienzentrum
Waiblingen

Alter Postplatz 17, 71332 Waiblingen

ROLLATOR-TRAINING

MOBIL IM ALTER UNTERWEGS

Der Umgang mit dem Rollator wird von den Einen geschätzt, bei den Anderen ist er eher unbeliebt. Aber der Rollator hilft bei längeren Spaziergängen, bei Einkäufen oder Besuchen bei Freunden und auch mögliche Stürze mit Verletzungen zu vermeiden.

Der Rollator, richtig eingesetzt, hilft die eigene Mobilität erheblich zu verbessern. Er ist ein Multifunktionsgerät wie Fitnessstudio, Gehilfe, Transport - und Sitzmöglichkeit in einem. Auch Fahrten mit dem Bus werden damit einfacher.

Zum Aktionstag sind Betroffene und die Angehörigen herzlich eingeladen. Fachleute beantworten Ihre Fragen und zeigen Ihnen,

- wie Sie in den Bus ein- aussteigen und wo die sichersten Plätze sind
- wie Sie Treppen, Bordsteine, Steigungen bergauf- bergab und Türen bewältigen
- die richtigen Einstellungen von Ihrem Rollator
- wie Sie bei Nacht oder Regen sicher unterwegs sind
- wie man den Rollator im Kofferraum unterbringt

Programm

Beginn 14:00 Uhr.

Station I

Mit dem Rollator im Bus unterwegs.
(Fischle Regionalverkehr)

Station II

Sicher mit dem Rollator unterwegs.
(Kreisverkehrswacht Rems-Murr e. V.)

Station III

Der Rollator im Alltag.
(Sanitätshaus Gunser)

Anschließend geselliges Beisammensein bei Kaffee und Kuchen im Foyer vom KARO Familienzentrum.

Rückfahrt mit dem Bus zu den Haltestellen vom Treffpunkt.

Treffpunkt

Leider können wir nicht die ganze Stadt und Ortschaften anfahren und sind auf Nachbarn und Angehörige von Teilnehmenden mit angewiesen.

Die [Buslinie zum Rollator-Training](#) fährt Sie zum Treffpunkt dem KARO Familienzentrum Waiblingen:

Haltestellen	Abfahrt
• Rathaus Beinstein	13:15 Uhr
• Am Kätzenbach	13:20 Uhr
• Mikrozentrum	13:25 Uhr
• Danziger Platz	13:35 Uhr

Wenn vorhanden, bringen Sie bitte Ihren eigenen Rollator mit!

Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung

Stadtseniorenrat: Hannelore Glaser
Telefon 07151 53813

Hinweis

Bitte beachten, bei Dauerregen fällt der Aktionstag aus.